LIOTHEK
USBURG

Med
835

Ludwig Cornaro's
erprobte Mittel
geſund und lange zu leben.

Aufs neue herausgegeben
und
mit Anmerkungen verſehen
von
D. Friedrich Schlüter.

Ein
heilſames Hausbuch für alle, beſonders für
junge Menſchen.

Zweite, durchgeſehene, etwas verbeſſerte Ausgabe.

Braunſchweig,
in der Schulbuchhandlung. 1799.

Auf unſerer Erde wird die Unmäßigkeit von dem Tode abgeordnet, das Geſchäft des Alters zu verrichten.

Young.

STADTBIBLIOTHEK AUGSBURG

Vorbericht.

Das Menſchengeſchlecht, wenn es ſeinen Beifall einer guten und heilſamen Sache geben ſoll, iſt ſelten mit der Stimme der Vernunft zufrieden, ſondern will Zeichen und Wunder, will einen Zeugen, einen Gewährsmann haben. Bloße Belehrung, ſie ſey ſo wahr, und dabei ſo gut und herzlich geſagt, hilft ſelten viel, und nur dann, wann die Gefahr groß und vor der Thür iſt. Daß Tugend das allgemeine Wohl des Menſchen erzeuge, iſt nicht ſchwer zu begreifen, aber

die Anmahnungen dazu verwehen mehrentheils in den Wind. Wenn hingegen ein Mann mit ſeiner Tugend und ſeiner Glückſeligkeit, als Beiſpiel, Zeuge und Muſter, daſteht, ſo ſehen die übrigen auf, und fühlen die Wahrheit, die ſie nicht begreifen wollten. Vorzüglich gehen Belehrungen über ſolche Wahrheiten, denen die Begierden der Sinnlichkeit widerſtreben, weil ſie von jenen Wahrheiten ſollen überwunden werden, mehrentheils verlohren, wenn nicht ein vollgültiger Zeuge ſich für ſie erhebt. Der Ausflüchte und Winkelzüge, um dem Eindringen der Wahrheit zu entweichen, ſind dann ſo viele, ſo mancherlei, man verſchiebt das willige Anhören und Aufmerken, das ernſte Nachdenken, ſo gern auf gelegenere Zeit, daß endlich Alles vergeſſen wird, und die ganze Belehrung vergebens war.

Aber es iſt nicht recht, den Menſchen nur immer anzuklagen; laßt uns ihn lieber entſchuldigen, wo wir können. Dieſe Kälte, dieſe Hartnäckigkeit des Menſchen gegen gute Lehre, iſt wohl nicht Abneigung gegen Wahrheit und Recht, nicht Liebe zum Böſen. Jeder Menſch ordnet ſeine Gedanken auf ſeine eige-

ne

ne Weiſe, und überſieht die Dinge nach ſeiner ihm eigenthümlichen Art und Ordnung; jeder anders, als der Andere. Es iſt daher äußerſt ſchwer, ſeine Gedanken ſo vorzutragen, wie ſie ein Anderer, über eben dieſelbe Sache, würde gedacht und vorgetragen haben; daher können ſie auch dem Andern nicht eben ſo einleuchtend ſeyn, wie ihm die ſeinigen ſeyn würden. Triffſt du es aber, dich ſo auszudrücken, wie der Andere, oder gar wie die Menge würde gedacht haben, ſo wirſt du auch die Menge überzeugen und rühren. Sie werden ihre eigene Gedankenfolge hören, alſo gern hören und folgen. Das Beiſpiel redet nicht durch Worte, ſondern durch die That! das iſt auffallend und läßt Jedem die Freiheit, die Wahrheit, die es prediget, nach ſeiner eigenen Gedankenweiſe in ſich aufzunehmen, und dann fehlt es der Wahrheit an Anhängern nicht.

Unendlichen Werth haben Beiſpiele jeder Tugend für das Menſchengeſchlecht. Sie ſind mächtige Stützen der Wahrheit, wenn ſie verachtet, verhöhnt, unterdrückt wird. Von Beiſpielen hat der Menſch in Zeiten der Finſterniß und Verwirrung immer die erſten Funken des Lichtes oder der Vernunft wieder geholt;

holt; ſie verdienen daher auf alle Weiſe unſterblich gemacht zu werden.

Ein ſolches Beiſpiel, ein ſolcher Zeuge iſt Ludwig Cornaro. Viele Bücher, groß und breit, vor ihm und nach ihm ſind der Vergeſſenheit überliefert; ſein kleines Büchelchen lebt noch, und ich freue mich, deſſen Andenken erneuern zu können.

Cornaro, ein Venetianiſcher Edelmann, lebte zu einer Zeit, da es viele merkwürdige Männer gab, deren hinterlaſſenen Segen wir jetzt mit Freuden genießen. Er wurde ums Jahr 1461 gebohren, 22 Jahr vor unſerm Luther; wurde von den Wollüſten ſeiner Zeit hingeriſſen, ein Wüſtling; wurde wegen eines Verbrechens ſeiner Familie gegen den Staat, ſeiner Güter beraubt; wurde durch ſeine Zügelloſigkeit ein elender kranker Mann; wurde vernünftig, mäßig, tugendhaft, geſund, glücklich über Alles, — und ſtarb im 105 Jahre, ſtarb nicht, ſondern entſchlummerte ſanft, 1566, noch 20 Jahr nach Luthers Tode. Sein hinterlaſſenes Büchlein erzählt uns, was Mäßigkeit im Stande iſt, auszurichten,

bei einem äuſserſt verderbten Körper, und gibt uns zu bedenken, wie viel mehr ſie ein Heil bei ungeſchwächten geſunden Menſchen ſeyn werde und müſſe. — Möge es doch in Vieler, beſonders junger Menſchen, Hände kommen, mögen doch Viele der Aſche dieſes ehrwürdigen Zeugen einer ſo beſeligenden Tugend, ein freundliches dankbares Andenken weihen, indem ſie ihm folgen und glücklich werden, wie Er!

Quedlinburg, 1796.

Friedr. Schlüter.

Vorbericht zur zweiten Ausgabe.

Ich habe bei dieſer neuen Ausgabe dieſes vortrefflichen Buches eines ſo werthen Zeugen der Wahrheit nur geringe Veränderungen und Zuſätze machen können, theils aus Mangel der Zeit, — weil die Aufforderung dazu dringend war, — theils weil ich in meinem, vorige Oſtermeſſe herausgekommenen Geſundheitskalender Vieles hier Anführbare

weit-

weitläuftiger erörtert habe, theils um den Kaufpreis eines ſo nützlichen Büchleins nicht beträchtlich zu erhöhen. — Aber es mag mir erlaubt ſeyn, meine ungeheuchelte Freude hier an den Tag zu legen, die ich aus der Vorſtellung ſchöpfe, daß dieſes vortreffliche Büchlein Freunde und unter dieſen Freunden glückliche Befolger der darin enthaltenen Lehren gefunden habe.

Quedlinburg, den 20. Jul. 1799.

Er-

Erſte Abhandlung
über
mäßiges nüchternes Leben.

§. 1.

So wahr es iſt, daß Gewohnheit endlich zur körperlichen Natur eines Menſchen ſelbſt wird, und dieſe ſchlecht oder gut macht; ſo gewiß wird man überzeugt, daß Gewohnheit in vielen andern Dingen die Vernunft ſelbſt ganz beherrſcht. Wir ſehen ja ſo oft, daß ein Menſch, der jetzt noch Tugend und Frömmigkeit liebt, durch verderblichen Umgang alle dieſe Gottesfurcht verliehrt.

So wie aber ſtatt einer guten Gewohnheit gar leicht eine böſe eintritt, ſo kann man hingegen ein

angewöhntes Böſes oft durch eine beſſere Gewohnheit überwältigen. Der, den böſer Umgang verderbt hat, kann durch den Umgang mit einem Rechtſchaffenen wieder auf den Weg der Tugend zurückgeleitet werden. — Gewiß! die Macht der Gewohnheit iſt nicht gering!

§. 2.

Bei dieſen Betrachtungen habe ich anzumerken gefunden, daß die Macht der Gewohnheit, ſowohl einſt, als jetzt zu meiner Zeit, drei Uebel in Italien eingeführt hat. Einmal, höfiſche Schmeichelei und Gleisnerei. Zweitens, das: daß man nach der Lehre der Lutheraner lebt, welches man zwar unbillig mit der Gewohnheit entſchuldigen will. (Anmerk. 1.) Drittens, eine wüſte und unmäßige Lebensart. Dieſe drei böſen Gewohnheiten, oder vielmehr lebensverderblichen Laſter, haben im jetzigen Zeitalter die Rechtſchaffenheit in der bürgerlichen Geſellſchaft, die Frömmigkeit in den Herzen, und in den Körpern die Geſundheit vertilgt.

Meine Abſicht iſt, bloß von dem letzterm Uebel zu reden, die Schädlichkeit dieſer Gewohnheit zu zeigen, und die Möglichkeit, ſolche Gewohnheit abzulegen, darzuthun. — Gegen die erſten beiden Uebel

Uebel wird nächſtens ein gelehrter Mann auftreten, ſo, daß ich hoffen darf, dieſe drei Uebel noch vor meinem Tode aufgehoben, und Italien in ſeinen ehemaligen Sitten und Gewohnheiten wieder zu ſehen.

§. 3.

Um zur Sache zu kommen, wovon ich eigentlich reden will, — ſo kann ich unſere ſchwelgeriſche Lebensart für nichts anders, als für eine höchſt nachtheilige Gewohnheit anſehen, die alles Maaß, alle Ordnung unter die Füße trit, und ein nüchternes Leben verächtlich hält.

Man weiß es zwar, daß Schwelgerei und jede Trunkenheit überhaupt in dem Laſter der Unmäßigkeit ihren Grund haben, — man weiß es, daß das Weſen der Tugend in Mäßigkeit beſtehe; nichts deſto weniger hält man ein ſchwelgeriſches Leben für eine völlig erlaubte Wolluſt, und blickt mit Verachtung auf ein nüchternes Leben herab, zu dem ſich Keiner erniedrigen will.

Alle dieſe Unart, glaube ich, entſteht durch die Gewohnheit: Sinnenluſt und Begierden nicht zu zähmen; — wodurch die Menſchen nach und nach von dem Wege des Guten abgeleitet werden, ſo, daß ſie endlich unvermerkt in unbekannte und gefähr-

fährliche Krankheiten geſtürzt, und ſogar noch vor ihrem vierzigſten Jahre anfangen alt zu werden. — Ehedem war mäßige Lebensart, ehe ſie von uns verachtet wurde, der Grund, daß es Leute im achtzigſten Jahre gab, die ihrer vollkommenſten Geſundheit genoſſen (Anmerk. 2.)

97

§. 4.

Verderbtes, unglückliches Italien! — Wer bemerkt es nicht, daß Unmäßigkeit jährlich mehr Menſchen hinwegrafft, als Peſt und langer Krieg? (Anmerk. 3.). Was ſoll man zu unſern gewöhnlichen heilloſen Gaſtereien ſagen, die jetzt theils ſo gewöhnlich, als groß und unerträglich ſind, daß man ſogar der Tiſche wegen in Verlegenheit iſt, die vielen und vielerlei Speiſen aufzutragen, deren eine immer auf die andere geſetzt werden muß? Wie kann bei ſolchen Ausſchweifungen das Leben dauern, da die beſten Nahrungsmittel durch Uebermaaß eigentlich zu Gifte werden? — Ich bitte um Des willen, der uns das Leben verliehen: man halte Maaß hierin, woran, wie ich überzeugt bin, Gott gerechtes Mißfallen haben muß! — Dieſe neue Peſt, von der unſere Voraltern nichts wußten, vertreibe man doch, damit ſie nicht die Seele zugleich mit dem Leibe verderbe. Die Bemühungen unſerer Regierung verſchaffen uns geſunde

121

Nah=

Nahrungsmittel, aber es wäre zu wünſchen, daß es auch Geſetze gäbe, dieſe Nahrungsmittel mäßig und zum Vortheil der Geſundheit anzuwenden.

§. 5.

Jeder Menſch kann mäßig leben, wenn er in Einfalt der Natur lebt, die mit gar Wenigem zufrieden iſt, und wenn er, nach Vorſchrift ſeiner Vernunft, ſich gewöhnet, nicht mehr zu eſſen, als zum Leben erforderlich iſt, und ſich dabei überzeugt, daß unmäßiges Leben ſo mancherlei Krankheit und den Tod ſelbſt bewirkt.

Man muß bedenken, daß der Gaumenkitzel nur Augenblicke beſtehe, die böſen Folgen hingegen ſehr lange fortdauern, die zuletzt den Leib zerſtören, und dem Geiſte ſelbſt gefährlich werden.

Ich habe geſehen, daß viele von meinen Freunden, die übrigens von gutem Köpfe und Herzen waren (Anmerk. 4.), durch Unmäßigkeit, wie durch eine Peſt, in der Blüthe ihres Lebens dahingerafft wurden, die, wenn ſie ihr Leben erhalten hätten, eine Zierde ihres Vaterlandes und eine Stütze vieler Menſchen ſeyn konnten.

Dieſem Unheile vorzubeugen, werde ich in dieſem kleinen Aufſatze darthun, daß die Unmäßigkeit,

als Mißbrauch des Eſſens und Trinkens, ſehr leicht durch die Gewohnheit an mäßiges Leben zu tilgen ſey. Ich thue dieß mit deſto größerem Vergnügen, indem verſchiedene junge und verſtändige Leute mich darum erſucht haben. Sie haben geſehen, daß ihre Eltern in den beſten Jahren dahin ſtarben, indeß ich, als ein Greis von ein und achtzig Jahren, mich noch ſo geſund und munter befinde. Ihr Wunſch, eben ein ſolches Alter zu erreichen, verpflichtet mich, ihnen meine Lebensweiſe zu beſchreiben. Mein Verſprechen zu erfüllen, und zugleich noch manchen Andern, die Luſt haben, darüber nachzudenken, einen Dienſt zu thun; ſo werde ich die Urſachen nennen, die mich angetrieben haben, von der Unmäßigkeit abzuſtehen, und hinfort mäßig zu ſeyn. Ich will daher meine ganze Lebensart im Eſſen und Trinken bekannt machen, und den großen Vortheil zeigen, den ich an meinem Körper dadurch erlangt habe. Man wird daraus abnehmen, daß es wirklich ſo ſchwer nicht ſey, das Laſter der Unmäßigkeit zu beſiegen; und dann werde ich überhaupt den Nutzen eines nüchternen mäßigen Lebens noch weiter vorſtellen.

§. 6.

Ich muß alſo zuvörderſt geſtehen, daß keine unbedeutende, ſondern ſehr hartnäckige Uebel mich ange-

getrieben haben, der Unmäßigkeit zu entſagen, der ich mich ſo ſehr ergeben hatte. Dieſe Unmäßigkeit und meine ſchlechte Körperbeſchaffenheit, da meinem Magen die natürliche Wärme fehlte (Anmerk. 5.), haben mich in mehr als eine Krankheit geſtürzt. Ich wurde von Magenweh und öftern Seitenſchmerzen gefoltert, wozu ſich gichtiſche Anfälle und ein anhaltendes ſchleichendes Fieber mit ſtetem Durſte geſellten. — Was konnte ich von dieſem ſo verderbten Zuſtande meines Körpers erwarten? Nichts anders, als, nach vielen ausgeſtandenen Schmerzen und Kränkeln ein baldiges Ende durch den Tod, da doch mein Leben eigentlich von ſeinem natürlichen Ziele (Anmerk. 6.) noch ſo weit entfernt, als es ihm durch Unmäßigkeit nahe gebracht war. Da ich nun auf ſolche Art vom fünf und dreißigſten bis zum vierzigſten Jahre in anhaltender Kränklichkeit lebte, und alle Hülfsmittel nur vergebens anwendete, ſo gaben mir meine Aerzte dieſen Rath, als die einzige, für meinen kranken Körper übrige Hülfe, — wenn ich nur gehörig folgen, und feſt darin beharren würde, — nämlich: ein nüchternes mäßiges, und ordentliches Leben anzufangen, welches gar mächtig ſey, die verlohrne Geſundheit herzuſtellen und zu befeſtigen, ſo wie im Gegentheile ein zügelloſes unmäßiges Leben die Geſundheit ganz und gar mit Gewalt vernichte (Anmerk. 7.). Dieß letzte hatte mich meine Erfahrung gelehrt.

Mäßiges Leben erhält auch ſogar diejenigen geſund, die von ſchlechter Leibesbeſchaffenheit und hoch in Jahren ſind. Unmäßiges Leben hingegen wirft auch die danieder, die eine viel feſtere Natur haben, und in der Blüthe der Jahre ſtehen, ſo, daß ſie oft lange von wüthenden Krankheiten gepeiniget werden; wie es denn auch der Vernunft gemäß iſt, daß von ſchädlichen Urſachen böſe Folgen entſtehen. Fehler der Natur (Anmerk. 8.) aber werden oft durch Kunſt gehoben, wie der Fleiß des Ackerbaues unfruchtbare Felder in tragbaren Stand verſetzt. Meine Aerzte fügten noch hinzu: daß, wenn ich dieſes Hülfsmittel nicht bei Zeiten ergriffe, mein Zuſtand in einigen Monaten völlig hülflos und ich in kurzem die Forderung der Natur zu bezahlen genöthigt ſeyn würde! — Ich hörte ihre Gründe, — fürchtete mich vor einem ſo frühen Tode, — merkte die Uebermacht der Krankheit in mir, — und gelangte dadurch zur anſchaulichen Ueberzeugung, daß Mäßigkeit und Unmäßigkeit nothwendig ganz entgegenſtehende Folgen haben müßten, wie ich ſchon angeführt habe. Da nun die Hoffnung, mein Leben noch erhalten und meine Kränklichkeit überwinden zu können, mir etwas Troſt und Muth ertheilte, ſo entſchloß ich mich feſt, ein ſehr ordentliches Leben zu beginnen.

§. 7.

Ich ließ mir darauf von meinen Aerzten über die künftige Art und Weiſe meiner Lebensordnung Unterricht ertheilen, und vernahm alſo: daß ich nur ſolcher Speiſen, nur ſolches Weines mich bedienen dürfe, womit man Kranke bloß zu erquicken ſucht; beſonders aber, daß auch hiebei nur immer die geringe Menge in acht zu nehmen ſey. Sie hatten dieſen Rath mir zwar ſchon längſt zuvor gegeben; weil es mir aber damals beſſer gefiel, nach meiner eigenen alten Weiſe zu leben, und ich dergleichen Speiſen verächtlich verwarf, ſo wählte ich mir ſolche, die lediglich nach meinem Geſchmacke waren und ſuchte die innere Hitze mit lauter lieblichen Weinen abzukühlen, und dieß alles in größtem Ueberfluſſe. Aber ich ſagte dieß meinen Aerzten nicht, wie es gewöhnlich ſolche (unbeſonnene) Kranke zu machen pflegen. — Da ich mir aber nachdem einmal feſt vorgeſetzt hatte mäßig und vernünftig zu ſeyn, da ich wohl einſah, daß dieß nicht nur nicht unmöglich, ſondern nothwendige natürliche Menſchenpflicht ſey; ſo ergab ich mich dieſer neuen Lebensweiſe auch ſo, daß ich nie von dem rechten Wege wiederum abgegleitet bin.

Meine Mühe war nicht vergebens! Denn ſchon in etlichen Tagen (Anmerk. 9.) konnte ich Beſ-

ſerung meines Zuſtandes bemerken; und, da ich auf dieſe Weiſe fortfuhr, wurde ich, noch ehe ein Jahr verfloſſen war, — ſo unglaublich es auch Manchem ſcheinen mag, — von allen meinen Uebeln gänzlich erlöſet und völlig neu geſtärkt!

§. 8.

Ich gewann alſo meine ehemalige Geſundheit wieder, und fing an, die große Kraft der Mäßigkeit recht zu überdenken, und hieraus folgenden Schluß zu ziehen. — Da die Mäßigkeit, meine ſo großen Uebel zu heben, und meine Geſundheit wieder herzuſtellen, im Stande geweſen iſt; ſo wird ſie noch mehr vermögen, mir die Geſundheit zu erhalten meine ſchlechte Leibesbeſchaffenheit zu verbeſſern, und meinen ſchwachen Magen zu ſtärken. Aufmerkſam ſuchte ich daher zu erforſchen, welche Nahrungsmittel mir zuträglich oder ſchädlich ſeyn mögten, und beſchloß, Verſuche zu machen: ob diejenigen Speiſen, die meinem Geſchmacke die angenehmſten wären, mir mehr Nutzen oder mehr Schaden brächten? und ob das Sprüchwort, womit lüſterne Menſchen ſich zu verwahren pflegen: Was wohl ſchmeckt, gedeihet am beſten! auch wahr ſey? Aber ich fand das dem gar nicht ſo ſey. Mir ſchmeckten ſtarke reizende Weine am beſten, ingleichen Melonen und andere

Früch-

Früchte, roher Salat, Fiſche, Schweinfleiſch, Hülſenfrüchte, alles Gebackene und dergleichen; dennoch fand ich, daß mir alles dieß nachtheilig war. Ich folgte daher meiner Erfahrung, und entſagte dieſen Speiſen, ſo wie auch dem ſtarken Weine und kaltem Getränke (Anmerk. 10.) Ich erwählte einen Wein, der meinem Magen zuträglich war, und nur in ſolchem Maaße, als er der Verdauung beförderlich ſeyn konnte. Eben ſo verfuhr ich mit den Speiſen, ſowohl in Rückſicht ihrer inneren Eigenſchaften, als auch ihrer Vielheit. Dabei ſuchte ich, mich zu gewöhnen, vom Tiſche nie ſo ſatt aufzuſtehen, daß ich nicht noch Etwas vom Eſſen oder Trinken hätte genießen können. Ich folgte darin dem gemeinen Sprüchworte: **Wer zur Geſundheit iſſet, ſoll wenig eſſen!**

§. 9.

Mein nüchternes und ordentliches Leben, indem ich dadurch ganz von aller Unmäßigkeit entwöhnt wurde, würkte nun zuvörderſt das bei mir, wovon ich ſchon geredet habe, daß ich nämlich in Jahresfriſt von allen den Uebeln erlöſet wurde, die mich ſo lange gepeiniget hatten, und wahrſcheinlich ſonſt unheilbar waren. Ferner wurde ich nicht mehr alle Jahr von einer Krankheit angefallen, wie ehedem, als ich meinen Sinnen und Begierden

nichts

nichts verſagte. Ich muß geſtehen, daß ich von der Zeit an, bis auf dieſe Stunde, munter und geſund gelebet habe, indem ich die einmal erwählte mäßige Lebensart nie wieder änderte; eine Lebensart, die eine wunderbare Kraft beſitzt, spärlich genoſſene Nahrungsmittel dem Körper zum Gedeihen zu machen, und das Uebrige ohne Beſchwerniß auszuleeren, ſo daß alle Säfte in ihrer vollen Reinigkeit bleiben.

§. 10.

Bei dieſer meiner Einrichtung, in Abſicht des Eſſens und Trinkens, hütete ich mich auch vor andern Dingen, die mir nachtheilig werden konnten, als übermäßige Hitze, Kälte, Ermüdung, anhaltendes Wachen, und Ausſchweifung in ehelichen Freuden. Meine Wohnung ſtand in einer geſunden Luft vor Sturm und Sonnenhitze geſchützt. Denn ob die Geſundheit wohl vorzüglich von der Mäßigkeit im Eſſen und Trinken abhängt, ſo haben dennoch jene vorhingenannten Dinge großen Einfluß auf den Zuſtand unſers Körpers. Ich habe mich ferner dabei ſo viel als möglich, vor Zorn und Schwermuth und andern zügelloſen Leidenſchaften, die ſo ſichtbar auf den Körper wirken, gehütet. Ich bin zwar nicht im Stande geweſen, mich von allen Leidenſchaften ganz los zu machen, daß ich

nicht

nicht zuweilen dadurch in dieſen oder jenen Gemüthszuſtand wäre gebracht worden; aber eben ſelbſt aus dieſer Erfahrung habe ich erkannt: daß Leidenſchaften den Körper nicht ſo ſehr angreifen, oder ihm ſchaden können, wenn man ihn nur durch Mäßigkeit im Eſſen und Trinken geſund erhält, ſo, daß ich es wohl als ausgemachte Wahrheit behaupten mögte, daß diejenigen, die in jenen beiden Dingen, die durch den Mund eingehen, mäßig ſind, keinen beträchtlichen Nachtheil von andern Angriffen erfahren werden. Galenus (ein ehemaliger berühmter Arzt) beſtätiget dieß, indem er geſtehet daß alles andere Uebermaaß, große Sonnenhitze, Kälte, Wind, Arbeit und dergleichen ihm wenig geſchadet habe, und daß er von ſolchen Anſtrengungen nie über einen Tag krank geweſen ſey, weil er übrigens im Eſſen und Trinken Mäßigung beobachtet habe. Meine Erfahrung hat mich eben dieß gelehrt, wie Viele, die mich kennen, als richtig bezeugen werden. Denn auch ich habe ſehr oft Hitze und Kälte und andere ähnliche Beſchwerden ertragen, oft auch nicht geringe Bekümmerniſſe gelitten; aber alles dieß war mir wenig nachtheilig; dahingegen Andere, die nicht ſo mäßig lebten, großen Schaden davon hatten (Anmerk. 11.)

Mein Bruder und einige Andere aus meiner Familie, als ſie mich mit einigen vielbedeutenden Per-

Perſonen in einen ſchweren Rechtshandel verwickelt ſahen, und der ganzen Sache keinen glücklichen Ausgang für mich verſprachen, wurden darüber von ihren ſchwarzgalligten Säften, die ſich gemeinlich in ſchwelgeriſch genährten Körpern ſehr häufig befinden, in eine Krankheit geſtürzt, die bald ſo bösartig ward, daß ſie vor der Zeit ſterben mußten. Ich hingegen, dem der Handel am mehrſten hätte zu Herzen gehen müſſen, erfuhr kein ſonderliches Ungemach davon, weil ſchwarzgalligte Säfte bei mir keine Freiſtatt fanden. Vielmehr um meinen Muth zu erheben, überredete ich mich zu glauben: daß die göttliche Vorſehung dieſe Streitigkeit zugelaſſen habe, um mich ſelbſt zu überzeugen von den Wirkungen eines mäßigen Lebens, ſowohl für den Geiſt, als für den Leib; und daß ich den ganzen Rechtshandel endlich noch gewinnen könne, — wie dann auch bald geſchah. Da ich indeſſen nach Endigung dieſes Streites Ehre und Vermögen genug gewann, und dadurch in übergroße Freude kam; ſo habe ich auch hievon keinen Nachtheil an meiner Geſundheit empfunden, ſo daß die Vortheile, die man, ſowohl in traurigen als andern Geiſteslagen, durch ein mäßiges Leben erhält, deutlich genug zu bemerken ſind.

§. 11.

§. 11.

Ferner bezeuge ich, daß auch äußerliche Beſchädigungen, die oft bei Andern tödtlich ablaufen, dem Freunde der Mäßigkeit nur wenig ſchaden. Auch dieß habe ich aus meiner Erfahrung gelernet.

Ich fuhr, da ich ſiebzig Jahr alt war, einmal Currier; — der Wagen wurde umgeworfen, und ich eine gute Strecke von den verwilderten Pferden köpflings fortgeſchleift. Am Kopfe und am ganzen Leibe bekam ich verſchiedene gefährliche Verwundungen, ſo wie mir auch ein Arm und Schenkelknochen verrenkt wurde. Als ich nach Haus gebracht war, urtheilten die Aerzte, nach dem gefährlichen Anſehen meiner Verwundungen, daß ich binnen drei Tagen ſterben müſſe. Zwei Hülfsmittel, meynten ſie, wären noch zu verſuchen: ein Aderlaß und eine Abführung, den Zufluß der Säfte, eine Entzündung, und das Wundfieber, das nach ihrer Vermuthung gewiß folgen würde, zu verhüten. — —

Ich aber überzeugte mich, daß mein ordentliches Leben, das ich nun ſo manches Jahr ſchon fortgeſetzt hatte, meine Säfte ſo milde und rein gemacht hätte, daß ſie nicht ſehr verderbt oder zu einem ſtarken Zufluſſe gereizt werden könnten, und

lehn-

lehnte daher den Gebrauch der verordneten Mittel ab. Ich ließ mir bloß meinen Arm und Schenkel einrenken, und übrigens meine Glieder mit einem gewiſſen Oele ſalben. So bin ich ohne einige andere Arzneien zu meiner ehemaligen Geſundheit gelangt und habe ſonſt nicht die geringſte Beſchwerde oder Veränderung an mir empfunden, ſo, daß meine Aerzte es für ein Wunderwerk hielten.

Hieraus mache ich den Schluß: daß diejenigen, die mäßig leben, von allen übrigen Zufällen ſehr wenig gefährdet werden.

§. 12.

Die Erfahrung lehrte mich ferner, daß man ein ordentliches mäßiges Leben, wenn man einmal ſchon daran gewöhnt iſt, nie ohne Gefahr wieder übertreten kann.

Vor vier Jahren, da ich acht und ſiebzig Jahr alt war, ließ ich mich durch den Rath der Aerzte*) und durch das fortdaurende Anliegen meiner Familie bewegen, mein ſonſt gewöhnliches Nahrungsmaaß zu vergrößern. Man ſuchte mich durch verſchiedene Gründe hiezu zu bereden, inſonderheit: daß ein hohes Alter nicht mit ſo wenigen Eſſen und Ge-

*) Wahrſcheinlich andere, als jene, die unſerm Cornaro zuerſt die ihm ſo heilſame ſtrenge Mäßigkeit empfahlen.

Getränke erhalten werden könne, und man müſſe darauf bedacht ſeyn, die Natur nicht bloß mäßig zu unterhalten, ſondern auch ihre Kräfte zu ſtärken, welches doch Eſſen und Trinken nöthig mache. — Ich erwiederte dagegen, daß die Natur mit Wenigem zufrieden ſey, und daß ich mit dieſem Wenigen ſo viele Jahre geſund gelebt habe. Dieſe Gewohnheit ſey nun mir zur andern Natur geworden, und es ſtimme mit der Vernunft überein, bei hohem Alter und abnehmenden Lebenskräften das Maaß der Nahrungsmittel eher zu mindern, als zu mehren, damit Kraft und Gegenkraft, Zweck und Handlung in gehörigem Verhältniß ſtehe; auch würden die Kräfte meines Magens nun immer geringer. Man muß hierbei an zwei den Italienern gewohnte Sprichworte gedenken; erſtlich: — Wer viel eſſen will, muß wenig eſſen! — nämlich, weil der Mäßige lange lebt. Die andere Geſundheitsregel heißt: Die Speiſe, die man von der Mahlzeit übrig läßt, dienet einem mehr, als die, die man genoſſen hat! — Womit man ſagen will, daß übermäßiges Eſſen mehr ſchade, als ſelbſt mäßiger Genuß Vortheil bringe —

Da indeſſen alle dieſe meine Einwendungen meine Freunde nicht dahin brachten, von ihrem dringenden Anliegen abzuſtehen; ſo ließ ich mir es endlich gefallen, meine Speiſen, doch aber nur um

vier Loth, zu vermehren. Da ich alſo ſonſt täglich an Brod, Eidotter, Fleiſch und Suppe, genau drei viertel Pfund zu mir nahm, ſo ſetzte ich jetzt noch vier Loth hinzu. Mein Getränk, das ſonſt acht und zwanzig Loth betrug, vermehrte ich ebenfalls um vier Loth, alſo bis auf ein Pfund.

Aber für dieſes Ueberſchreiten meiner gewohnten Lebensweiſe mußte ich nach zehn Tagen büßen; ſo, daß mein ſonſt froher und fröhlicher Sinn jetzt ganz trübe und traurig ward, daß Alles mir verdrießlich und traurig ſchien, und ich ſelbſt mir zur Laſt war. Am zwölften Tage überfielen mich Seitenſtiche, die zwei und zwanzig Stunden anhielten. Hiezu kam ein heftiges Fieber, das, ob es gleich nach dem funfzehnten Tage ſchwächer wurde, mich doch in fünf und dreißig Tagen nicht ganz verließ. Mein Schlaf verlohr ſich dabei auf lange Zeit, ſo, daß ich deſſen nicht eine Viertelſtunde genießen konnte, und Jedermann vermuthete daher meinen Tod. Trotz allen dem bin ich, unter der Gnade Gottes, bloß durch meine Lebensordnung wieder zu meiner Geſundheit gelangt, ob ich ſelbſt gleich damals acht und ſiebzig Jahr alt, der Winter und die Luft ſehr kalt, und mein Körper äußerſt mager war. Ich bin völlig überzeugt, daß, nächſt göttlichem Beiſtande, nichts Anderes, als meine ſtrenge Lebensweiſe, die ich damals ſchon ſo viele

Jah-

Jahre fortgeſetzt hatte, mich vom Tode errettet habe; denn ich bin die ganze Zeit hindurch von keinem Uebel, außer bisweilen von einer kleinen Unpäßlichkeit auf einen oder zwei Tage, angetaſtet. Meine, ſo manches Jahr gehaltene Mäßigkeit hat alle bösartigen Säfte bei mir getilgt, hat keine neuen entſtehen und die vorhandenen guten nicht verderben laſſen, — wie wohl ſonſt in Körpern alter Leute, die nicht ſo ſtreng und ordentlich leben, zu geſchehen pflegt. Es war in den Säften meines alten Körpers kein ſolches Gift, welches ſonſt wohl den Tod befördert, und dieſer neue Zufall, der mich, als eine Folge meiner erwähnten Unordnung, überfiel, hatte die Macht nicht, mich zu tödten, ſo heftig er übrigens auch war.

§. 13.

Man kann hieraus deutlich genug ſehen, wie groß die Wirkung der Ordnung und Unordnung, das heißt, der Mäßigkeit und Unmäßigkeit, ſey. Jene hat meine Geſundheit ſo viele Jahre beſchützt, und dieſe ob es gleich nur eine kleine Abweichung geweſen zu ſeyn ſcheint, warf meine Geſundheit in wenigen Tagen zu Boden.

Durch Ordnung beſteht die Welt; unſer irdiſches Leben hat ſeinen Grund in einem gehörigen

Verhältniſſe und Gleichgewichte unter den flüſſigen und feſten Theilen; alſo iſt es ſehr natürlich, daß man eben dieß Leben durch Ordnung und Regelmäßigkeit erhalten, durch Unordnung aber verletzen und vernichten werde. Ordnung iſt die Meiſterin aller Künſte und Wiſſenſchaften; ſie überwältiget Kriegsheere, ſie erhält und befeſtiget das Glück von Königreichen, Städten, und häuslichen Geſellſchaften. Ich ſchließe, daß ein ordentliches Leben das ſicherſte Mittel und die erſte Bedingung eines geſunden und langen Lebens, daß Ordnung die wahre Univerſal-arzenei gegen die mehrſten Krankheiten ſey, und kein Menſch, der aufmerkſam darüber denkt, kann es leugnen. Mäßigkeit in Speiſe und Trank iſt es, was ein Arzt ſeinem Kranken als erſte Arznei empfiehlt. Eben dieſe Arzenei verordnet er ihm, ſeine Geſundheit zu bewahren, ſo bald er geneſen iſt. Man würde ohne Zweifel vielen Krankheiten für die Zukunft vorbeugen, wenn man bei einer ſolchen Lebensordnung verharrete. Man würde faſt alle Urſachen der Krankheiten entkräften, und weder Arzt noch Arzenei nöthig haben. Wollte man aufmerkſamer auf ſich ſeyn, wie man billig wohl ſollte, ſo würde Jeder ſelbſt ein Arzt und für ſich der beſte ſeyn. Denn dieß Geſchäft kann Niemand beſſer erfüllen, als Jeder an ſich ſelbſt; und daß aus folgender Urſache. Jeder Menſch kann aus häufigen Erfahrungen am beſten

über

über die Beſchaffenheit und die verborgenen Eigenheiten ſeiner Natur urtheilen, und beſtimmen, was für Speiſen und Getränke, und in welchem Maaße ſie zu ſeiner Erhaltung nöthig ſind. Bei einem Andern läßt ſich dieß nur ſehr ſchwer herausfinden, weil eine lange Erfahrung und ſtrenge Aufmerkſamkeit dazu erforderlich iſt, welche man bei Andern nicht ſo leicht haben und anwenden kann; beſonders da Temperament und Leibesbeſchaffenheit bei allen Menſchen noch weit mehr, als ihre Geſichtsbildungen unter einander verſchieden ſind.

Wer ſollte wohl glauben, daß junger Wein meinem Magen zuträglicher ſey als alter? daß Pfeffer mich nicht ſo erhitze, als Zimmet? (Anmerk. 12.) — Welcher Arzt hätte mir dieſe beiden verborgenen Eigenheiten meiner Natur anzeigen können, da ich ſelbſt ſie kaum durch eine lange Erfahrung gemerkt habe? — Es kann daher Keiner des Andern vollkommener Arzt ſeyn; und da man keinen beſſern Arzt, als ſich ſelbſt, keine beſſere Arzenei, als mäßiges Leben, hat, ſo ſollte man wohl vor allen Dingen hierauf bedacht ſeyn!

§. 14.

Ich will indeſſen keinesweges abſtreiten, daß die Aerzte Hochachtung verdienen, und daß ſie nöthig

ſind, um die Krankheiten, die bei Vielen durch ihr unordentliches Leben entſtehen, zu erkennen und zu heilen. Da der Dienſt eines Freundes, der dich in einer Krankheit beſucht, dir Troſt mit Worten gibt, und ſein Mitleid dir bezeugt, ein ſo angenehmer Dienſt für dich iſt, — wie viel werther muß dir der Arzt ſeyn, der als dein Freund zu dir kommt, und mit Heilmitteln für deine Geſundheit ſorgt! — Aber um die Geſundheit zu bewahren, glaube ich, iſt es beſſer, ſtatt eines Arztes, ein mäßiges Leben zu wählen, welches, wie die Erfahrung beſtätiget, unſere natürliche und eigentliche Arzenei iſt. Selbſt auch deßwegen, weil mäßiges Leben auch ein unholdes Temperament noch raſch erhalten, und ſolche Menſchen noch zu einem hohen Alter, ja, bis zu einem Alter von hundert Jahren und darüber, hinaufbringen kann; ſo daß ſie endlich ohne Schmerz, ohne Verderbniß ihrer Säfte, ſondern bloß, weil die natürliche Feuchtigkeit aufgezehrt iſt, verlöſchen, wie ein Licht.

Viele haben gewähnt: man könne dieß durch ein ſogenanntes Trinkgold bewirken, durch den Stein der Weiſen oder ihr Elixir, — von ſo Manchem geſucht, und von Keinem gefunden! — aber auch alle dieſe werden mit ihren Herrlichkeiten ſchlechten Ruhm haben, wenn nicht ein mäßiges Leben das Beſte zuvor thut.

§. 15.

§. 15.

Es gibt dagegen Viele, — zu wünſchen wäre, daß es nicht die Mehrſten ſeyn mögten! — die jeder Wolluſt und Unmäßigkeit anhangen, ihre Begierden auf jede Weiſe zu ſtillen und ihren Gaumen zu kitzeln ſuchen, ob ſie gleich fühlen, daß ſie von ihrer Unmäßigkeit unter ein ſehr läſtiges Joch gedrückt werden. Mäßigkeit iſt ihnen ein gar verächtliches Ding, und ſie glauben, ſich zu vertheidigen, wenn ſie ſagen: Es ſey beſſer, nach Herzensluſt und Begierde und zehn Jahr weniger zu leben, als immerhin ſeine Neigung zu zügeln. — Aber ſie überlegen ja nicht, wie viel es bei einem Menſchen auf zehn Jahr ankomme, und beſonders auf zehn Jahre eines geſunden Lebens, zur Zeit des beſten Alters, — wo Vernunft und Weisheit und jegliche Tugend eigentlich zu ſo voller Feſtigkeit gedeihen, wie man nur in ſolchem Alter erwarten kann. — Sind, vieles Anderen nicht zu gedenken — ſind nicht faſt alle die beſten und klügſten Schriften, die wir beſitzen, von ihren Verfaſſern in ihrem beſten Alter und in denjenigen zehn Jahren geſchrieben, die jene Menſchen, um ihre Kehle zu vergnügen, nicht achten?

§. 16.

Die Sklaven ihrer Sinne ſagen ferner: es ſey ſo ſchwer, ein ordentliches Leben zu führen, und es

ſey beinahe gar nicht zu halten. Ich antworte darauf: Galenus hat es gethan und es als die beſte Arzenei gerühmt. Haben nicht Plato, Iſokrates, Cicero und manche andere unter den Alten, ein mäßiges Leben geführt? Weiß man es nicht aus unſern Zeiten von einem Pabſt Paul dem dritten, von einem Kardinal Bembo, von unſern Fürſten, Lando und Donato, ſelbſt von vielen Andern aus niedrigem Stande auf dem Lande und in Städten, daß ſie lange lebten, weil ſie mäßig lebten? ſo wie es vor Zeiten viele thaten und viele es jetzt auch noch thun. Es iſt ja keine Sache, die nicht Jeder ausüben könnte, beſonders da man deshalb nicht einer Menge auserleſener Dinge bedarf, ſondern da nur eine allmählige Gewohnheit dazu erforderlich iſt.

Auch ſteht das nicht entgegen, wenn ein Plato ſagt, daß diejenigen, die ein öffentliches oder obrigkeitliches Amt bekleiden, kein Leben nach der Ordnung führen können, da ſie oft Hitze und Kälte, Wind, Regen und Schnee und verſchiedene Angriffe des Körpers ertragen müſſen, welches zu einem regelmäßigen Leben nicht gehöre. Ich antworte dawider: daß alle ſolche Unbequemlichkeiten, wie ſchon geſagt, von geringem Gewichte ſind, wenn man nur mäßig im Eſſen und Trinken lebt, welches ſolchen Perſonen leicht, und gerade ihnen am

am zuträglichſten iſt, damit der Geiſt bei allen vorkommenden Geſchäften deſto thätiger ſeyn könne.

§. 17.

Einige wenden noch Folgendes ein: Wer ſich, ſagen ſie, zu einer ſolchen Lebensordnung gewöhnt, daß er faſt immer nur Krankenſpeiſe, und dieſe ſelbſt in geringer Menge, zu ſich nimmt, was will der in Krankheiten ſelbſt genießen? Welche Lebensordnung will der dann anſtellen, da er ſie ſchon bei geſunden Tagen getrieben hat? —

Hierauf antworte ich, erſtlich: Die Natur, die, ſo viel in ihren Kräften iſt, dahin arbeitet, den Menſchen zu erhalten, gibt uns auch Winke, wie wir in Krankheiten uns verhalten ſollen. Unterdrückt ſie dann nicht ſchnell alle Eßluſt, damit man nun auch nur wenig genießen ſoll, weil ſie dann mit Wenigem zufrieden ſeyn kann? Ein Kranker, — er habe nun zuvor ordentlich oder unordentlich gelebt, — muß in der Krankheit ſich keiner andern Nahrung bedienen, als ſolcher, die zugleich die Stelle einer Arzenei vertritt; übrigens in weit geringerer Menge als in ſeinen geſunden Tagen. Wollte er mit ſeinem gewöhnlichen Maaße fortfahren, ſo würde er ſeine, ohnedas ſchon von

der Krankheit ſelbſt geſchwächte und belaſtete, Natur noch mehr belaſten.

Zweitens aber antworte ich auf obigen Einwurf noch nachdrücklicher, und behaupte, — daß der, der mäßig lebt, nur leicht, oder nicht lange, oder gar nicht von Krankheit werde angegriffen werden; weil eine ſolche Lebensart die Urſachen der Krankheiten im voraus erſtickt, — und wo die Urſache aufgehoben iſt, da kann auch die Wirkung, — hier nämlich die Krankheit. — nicht Statt finden.

§. 18.

Da nun alſo ein wohlgeordnetes Leben mit der Geſundheit, mit der Jugend, der Ehre, und mit der Religion gleichen Schritt hält, ſo verdiente es wohl, von allen Menſchen gelebt zu werden, da es noch dazu ſo etwas leichtes iſt, und die Natur des Menſchen veredelt. Kein Menſch, der mäßig leben will, iſt ja gezwungen, ſo wenig Speiſe und Trank zu genießen, wie ich! Es iſt ja dadurch keinem verwehrt, Obſt, Fiſche, und andere Dinge mehr, zu eſſen, die ich nicht eſſe! — Ich eſſe nicht Vieles, weil mein ſchwacher Magen mit dem Wenigen zufrieden iſt. Ich enthalte mich des Obſtes, der Fiſche und anderer Speiſen, weil ſie mir nachtheilig ſind. Diejenigen aber, die dergleichen Dinge für ſich zuträglich finden, können,

und

und dürfen ſie vielmehr genießen, als daß ſie ihnen verboten ſeyn ſollten. Vorſichtig aber muß Jeder nur ſeyn, um auch von den geſundeſten Speiſen und Getränken nicht mehr zu genießen, als ſein Magen leicht und gut verdauen kann. Der, der Alles vertragen kann, hat blos ſeine Aufmerkſamkeit auf die Menge, und nicht ſowohl auf die Beſchaffenheit, ſeiner Nahrungsmittel zu richten. Dieß aber iſt doch leicht genug.

§. 19.

Man wende hier nicht ein, daß es doch viele Leute gäbe, die ſchlechterdings keine Ordnung in ihrer Lebensart halten, und dennoch geſund bis an ihren Tod fortleben! — Das iſt eine ungewiſſe und gefährliche Sache. Durch Zufall geſchiehet dergleichen wohl, aber man kann nie einen Schluß zum beſten eines zügelloſen Lebens daraus ziehen. Es iſt unklug, ſich ſo mannigfacher und großer Gefahr blos zu ſtellen, in der Hoffnung, daß es vielleicht glücklich durchgehen könne, da dieß gewiß nur bei Wenigen zutrifft. Ein Menſch von hohem Alter, und ſelbſt von einer übeln Leibesbeſchaffenheit, kann, wenn er nur mäßig lebt, weit mehr Rechnung auf ſein Leben machen als der kräftigſte Jüngling, der zügellos dahin lebt. Freilich aber kann der, der eine geſunde Natur hat, durch gute Lebensordnung ſein Leben viel höher hin-

auf

auf bringen, als ein Menſch von übeler Leibesbeſchaffenheit. Auch kann es zwar geſchehen, daß bisweilen ein Menſch von dauerhaftem Körperbau, ohne gute Lebensordnung, dennoch lange Zeit friſch und geſund lebt, und endlich in einem hohen Alter, aus bloßer Erſchöpfung der Natur, ſtirbt, ſo wie es dem Thomas Contareno, einem Prokurator zu Venedig, und dem Antonio Capodivacca, einem Edelmanne zu Padua, widerfuhr; *) — aber man wird finden, daß ſo etwas kaum Einem unter hundert Tauſenden begegnet. Was demnach alle Andere betrifft, ſo muß ein Jeder, der Luſt hat, lange und geſund zu leben, ohne Schmerz und mit voller Ruhe einſt von der Natur ſelbſt aufgelöſet zu werden, ſchlechterdings ein ordentliches Leben führen. So nur, und nicht anders, iſt man im Stande, die Früchte eines ſolchen Lebens zu genießen, die wahrlich von großer Zahl und überſchwenglichem Nutzen ſind.

§. 20.

Die Mäßigkeit, dieſes Heil des Lebens, bewirkt zuvöderſt; daß die Säfte des Leibes rein und

*) Neuere Beiſpiele, beſonders aus nördlichen Gegenden, von ungeheuern Brandteweinſäufern, die ein ſehr hohes Alter erreichten, beweiſen ebenfalls nichts mehr, als: welche ungemeine Dauerhaftigkeit der menſchliche Körper eigentlich haben könne.

und milde bleiben, ſo, daß keine Dünſte aus dem Magen den Kopf betäuben (Anmerk. 13.). Folglich bleibt bei dem Mäßigen das Gehirn rein und hell wie ein Spiegel, und die Heiterkeit des Geiſtes zeigt ſich in allen Dingen. Freier, und mit höchſtem Entzücken, betrachtet die Seele die Welt um ſich her, erhebt ſich von dieſer Betrachtung zur Hoheit göttlicher Dinge, und gelangt zu einer Erkenntniß, die ſie ſonſt nie erlangt hätte; nämlich, wie groß die Macht, die Weisheit und Güte der Gottheit ſey. Dann blickt ſie wieder herunter auf die irdiſchen Dinge, und erkennt in ihnen göttliches Werk. Sie ſiehet dann, und fühlt alsdann gleichſam mit Händen, was ſie ſonſt in denen Jahren, da das Gehirn noch nicht ſo aufgeklärt war, nie ſehen und faſſen konnte. Sie erkennt das Laſter in ſeiner Schande, das diejenigen beherrſcht, die ihre Neigungen und Begierden nicht beherrſchen. Sie bemerkt die dreifache Begierde, Fleiſchesluſt, Augenluſt und hoffärtiges Leben, die uns von Jugend auf verfolgen, und bei alten unmäßigen Menſchen nur deſto ſtärker zu werden pflegen. — Wer durch lange Uebung ſich gewöhnt hat, ſeinen Begierden den Dienſt zu verſagen, und der Leitung ſeiner Vernunft zu folgen, wird ohne Mühe dieß dreifache Laſter bändigen und bezwingen. — Wird er dann gewahr, daß ſein Ende herannahet, und daß er bald zu dem Staube, woraus ſein Leib be-

ſte-

ſtehet, hinſinken wird, ſo iſt er völlig kummerlos. Da er, durch göttliche Gnade, das Laſter verabſcheuete, und der Tugend anhing, ſo hat er nun die Hoffnung, durch das Verdienſt unſers Erlöſers in ſeiner Gnade zu ſterben, und in jenes Leben der Seligkeit aufgenommen zu werden. Zugleich ſieht er dann ſich zu einem Alter empor gekommen, wie es ſehr wenige Menſchen erreichen, und den Tod nicht gewaltthätig, nicht unverſehens, mit heftiger Pein, ſondern leiſes Trittes herannahen, blos, weil ſich die natürliche Feuchtigkeit, wie das Oel auf der Lampe, gemach verzehrt; daher er dann ſanft und ohne Schmerz aus dieſem hinfälligen Erdenleben in Himmel und Ewigkeit eingeht.

O, welch ein Heil, welch eine Seligkeit iſt die Tugend der Mäßigkeit! Alle Menſchen ſollten nach ihr trachten. — Aber wie heillos und abſcheulich iſt ein unmäßiges Leben dagegen, wodurch das Geſchlecht der Menſchen ſo zerrüttet wird! Nenne ich ein mäßiges, nüchternes und ordentliches Leben, ſo nenne ich ein Wort voll Schönheit und Reiz. Unmäßigkeit, Schwelgerei, unordentliches Leben, ſind Ausdrücke voll Abſcheulichkeit. Es iſt zwiſchen dieſen und jenen Wörtern ein Unterſchied, wie zwiſchen den Wörtern, Satan und Engel.

§. 21.

§. 21.

Ich habe bis jetzt angegeben, was für Urſachen mich bewogen hatten, der Unmäßigkeit abzuſagen, und der Mäßigkeit mich zu ergeben, — welch ein Maaß ich hierin feſtgeſetzt habe, welche glücklichen Folgen daraus entſprangen, und welch einen vielfältigen Nutzen ich daraus erhielt, der ihren Anhängern gewiß iſt.

Aber es haben Einige, die Sklaven ihrer Sinne ſind, und den Rath der Vernunft verachten, hiebei eingewendet: man habe keinen Grund, ſich ein langes Leben zu wünſchen, indem es nach dem fünf und ſechzigſten Jahre eher ein langſamer Tod, als ein freudiges Leben, zu nennen ſey, und nach dem ſiebenzigſten Jahre nichts, als Schwäche, Verdruß und Elend. — Daß jedoch dieſe Leute gewaltig irren, kann ich mit meiner eignen Erfahrung beſtärken, wenn ich die Vergnügungen und Freuden, die mir mein Alter von drei und achtzig Jahren noch verſtattet, ſo, daß man mich überall glückſelig preiſet, her-erzählen werde.

Ich lebe immer geſund, und bin ſo flink, daß ich mich mit Leichtigkeit von gerader Erde auf ein Pferd ſchwingen, und hohe Treppen, hohe Hügel, zu Fuße erſteigen kann. Ich bin ferner immer aufgeräumt, fröhlich und vergnügt. Allen

Her-

Herzensbekümmerniſſen, allen ſorglichen Grillen habe ich rein entſagt; ſtatt deren erfüllt eine freudige Ruhe mein Herz. Ich lebe nicht mit Verdruß, ſondern ſehe auf das Ende meines Lebens mit Heiterkeit hin. Oft habe ich Gelegenheit, mich mit vortrefflichen Menſchen zu beſprechen, die an Geiſt und Kenntniſſen, an guten Sitten und Tugenden keinem weichen. Fehlen mir ſolche Menſchen, ſo ſuche ich durch Leſung guter Schriften meine Kenntniſſe zu erweitern, die aber alle dahin zwecken, mich meinen Mitmenſchen, ſo viel meine Kräfte geſtatten, nützlich und hülfreich zu machen. Dieß alles verrichte ich ganz nach meiner Bequemlichkeit, bei gelegener Zeit, in meinem eigenen Hauſe, das nicht nur in der beſten Gegend dieſer gelehrten Stadt Padua gelegen iſt, ſondern auch an ſich ſelbſt nur wenigen Gebäuden dieſes Jahrhunderts, an Schönheit und Bequemlichkeit, etwas nachſtehen wird, da ich es nach den Regeln ſowohl der Baukunſt als der Geſundheit habe einrichten laſſen, ſo daß es weder der Hitze noch der Kälte zu ſehr ausgeſetzt iſt. — Ich beſitze daneben verſchiedene Gärten, von lebendigen Bächen an den Seiten bewäſſert, wo man manches Vergnügen haben kann. Jährlich einige Monate hindurch ergötze ich mich auf einem Hügel des Euganiſchen Gebirges, wo ich Brunnen, Gärten und eine bequeme Wohnung angelegt habe. Ich be-

beſitze auch in der Ebene ein Landgut, welches beſonders darum ſehr reizend iſt, weil viele Wege mitten in demſelben auf einem großen Platze zuſammen ſtoßen. In der Mitte dieſes Ortes habe ich eine hübſche Kirche, dem Orte gemäß, erbauen laſſen. Durch dieſen weitläuftigen Platz fließt der Fluß Brento, an deſſen beide Ufer große Felder in herrlicher Fruchtbarkeit gränzen, von vielen kleinen Wohnungen ausgeſchmückt. Einſt war dieß ein moraſtiger ungeſunder Ort, allenfalls ein Aufenthalt für das Vieh, aber nicht für Menſchen; aber ich ließ das Waſſer ableiten, den Boden trocknen, und die Luft dadurch reinigen; ſo daß ſich nun verſchiedene Menſchen dahin eingefunden haben, um ſich, mit gutem Erfolge, anzubauen. Auf dieſe Weiſe iſt der Ort in denjenigen Stand geſetzt, worin man ihn jetzt erblickt, und iſt noch immer mit Anſiedlern bereichert; ſo, daß ich mit Recht ſagen kann, ich habe der Gottheit Tempel und Altar gebauet und Seelen herzugerufen, ſie anzubeten und zu ehren! — und höchlich entzückt mich das, ſo oft ich deſſen gedenke. — Ich bereiſe auch alle Jahre die benachbarten Städte, theils meine Freunde zu beſuchen, theils auch, um mich mit den beſten Meiſtern in der Baukunſt, in der Malerei, Bildhauerkunſt, Muſik, und dem Feldbau, deren es jetzt ſo viel gibt, zu unterreden. Ich betrachte ihre Arbeiten, vergleiche ſie mit den Werken der

Alten, und lerne daraus immer etwas Nützliches und Angenehmes. Ich beſehe die merkwürdigſten Gebäude, Palläſte, Gärten und Alterthümer, die öffentlichen Oerter, die Kirchen und die Feſtungswerke, ich verſäume nichts, was mir lehrreich ſeyn, oder Vergnügen verſchaffen kann. Nicht weniger hab ich meine Freude auf der Reiſe, hin und her, an der Schönheit und Lage der Oerter, wovon einige in der Ebene, andere auf Anhöhen, oder an der Seite eines Fluſſes oder See's, liegen, oder von Gärten umgeben, mit Bildſäulen und andern dergleichen Kunſtwerken verherrlicht ſind. — Dieſes ſinnliche Vergnügen wird bei mir noch im mindeſten nicht geſchwächt; denn alle meine Sinne haben noch ihre volle Kraft. Beſonders werde ich das gewahr an dem Sinne des Geſchmackes, indem ich jetzt überhaupt eine ſchlichte Speiſe mit größerer Begierde genieße, als ehemals alle Leckereien, da ich meiner Sinnlichkeit und Unmäßigkeit fröhnte. Ich empfinde jetzt nichts Unangenehmes, wenn ich die Betten verändern muß; überall, wo ich bin, finde ich Ruhe und Schlaf, und niemals habe ich einen böſen Traum.

Beſonders aber wird mein Vergnügen und meine Glückſeligkeit dadurch befördert, daß ich wahrnehme, wie meine Bemühungen für das öffentliche Wohl einen ſo guten Erfolg gehabt haben, und ſo

man-

manches Stück unbebauetes Land nach meinem Vorſchlage und Rath in den blühendſten Zuſtand gebracht iſt. Ich war einer von denen, die die Hauptaufſicht auf jenes Unternehmen hatten, *) ich verweilte zwei ganze Monate auf dieſen bruchichten Gegenden, und habe dennoch nie einigen Nachtheil davon empfunden. So groß iſt die Kraft und Wirkung der Mäßigkeit, die mich immer und überall behütet hat. — Wir haben noch ferner die Hoffnung, ein anderes ſehr wichtiges Unternehmen gelingen zu ſehen, nämlich, unſern Arm des Meeres, dieſe große und bewundernswürdige Schutzwehr unſers theuren Vaterlandes, zu gewinnen. Der Vorſchlag, ohne mich zu rühmen, rührt von mir her, und ich habe ihn öfters ſowohl mündlich als ſchriftlich der Republik vorgelegt.

Dieß ſind die Freuden, dieß iſt der Troſt in meinem hohen Alter. Gewiß, ein ſolches Alter verdient den Vorzug vor der Jugendzeit, und vor dem Alter eines jeden andern Menſchen, weil es, durch die Gnade Gottes und die Kraft der Mäßigkeit,

 frei

*) Cornaro war damals wahrſcheinlich, ob er gleich in Padua lebte, ein Liebling und Augenmerk des Senats zu Venedig, obgleich es ſcheint, daß dieſe Ländereien, von denen er redet, ſein Eigenthum geweſen ſind.

frei iſt von allen ſtürmiſchen Leidenſchaften, und körperlichen Leiden, und weil es alſo wenig oder nichts von dem Läſtigen hat, worüber ſo unzählig viele Jünglinge und ſchwache Greiſe ſo jämmerlich zu klagen haben.

Es läßt ſich mein Leibes- und Seelenzuſtand auch daraus beurtheilen, daß ich in dieſem meinen drei und achtzigſten Lebensjahre ein Luſtſpiel geſchrieben habe, voll Scherz und heiterer, nicht unſittlicher, Laune. Solche Dichtungen pflegen ſonſt der Jugend eigen zu ſeyn, weil ſie mit der Heiterkeit derſelben mehr zuſammen ſtimmen, dahingegen das Trauerſpiel ſich mehr für das hohe Alter ſchickt, da dieſem ernſthaftes Weſen eigen, und Erzählung trauriger Begebenheiten angenehm iſt. — Wenn man daher einen gewiſſen griechiſchen Dichter erhebt, weil er in ſeinem drei und ſiebzigſten Jahre ein Trauerſpiel geſchrieben, und man hieraus auf ſeinen geſunden Verſtand und lebhaften Witz geſchloſſen hat; warum ſollte man ein ſolches Urtheil nicht von mir fällen, da ich zehn Jahr älter, als er, ein Luſtſpiel herausgab?

Damit aber die Freude meines Alters ganz vollſtändig ſey, ſo ſehe ich mich in der Reihe meiner Nachkommen gewiſſermaßen immer fortleben. Ich treffe zu Hauſe eilf Kindeskinder von Einem

Stamme, die alle friſch und geſund, und, ſo viel man ſieht, zu Wiſſenſchaften und guten Sitten geneigt ſind. Ich freue mich an ihrem Geſange und ihrer beſcheidenen Aufführung, und da ich jetzt eine ſo helle Stimme habe, wie nie zuvor, ſo pflege ich oft ſelbſt mit zu ſingen.

§. 22.

Alles, was ich jetzt erzählt habe, gibt einen Beweis, daß bei ſo hohem Alter mein Leben keinesweges todtenhaft, traurig und voll Unmuth, ſondern noch immer munter, fröhlich und vergnüglich ſey. Hätte ich darin zu wählen, ſo würde ich mein Alter und jetziges körperliches Befinden nicht mit einer, von Lüſten und Begierden geleiteten, Jugend vertauſchen, und wäre ſie auch von noch ſo gutem Temperamente, von noch ſo dauerhafter Natur; denn täglich iſt ſie tauſend kränklichen, ja tödtlichen Zufällen ausgeſetzt, wie die tägliche Erfahrung lehrt, und wie ich in meiner eigenen Jugend an mir ſelbſt geſehen habe. Ich weiß, wie unbedachtſam und muthig das Jugendalter iſt, wie man ſich überall und bei jeder Gelegenheit, vermöge ſtarker Einbildung, brüſtet, indem theils Erfahrung mangelt, theils weil man glaubt, daß, um geſund zu ſeyn, bloße Stärke hinreiche. Es ſind daher ſolche junge Leute mehrentheils tollkühn in Gefährlichkeiten,

ten, und wenden ihre Vernunft, die von Lüſten und Begierden unterjocht iſt, nicht an. Sie ſind wahnſinnig, und bemerken nicht, daß ſie auf die Art ein Raub mancher Krankheiten und oft eines frühen Todes werden, da doch erſteres Uebel ſo ſchmerzhaft, und das andere faſt entſetzlich iſt. Denn ſchrecklich erſcheint den Lüſtenſklaven der Tod, entſetzlich iſt es jungen Leuten, vor der Zeit aufhören zu leben. Aber wie kann das Bild des Todes denen anders, als entſetzlich, ſeyn, die in ihrem Leben, — wie denn das Leben ſolcher Leute mehrentheils iſt, — nichts als eine unzählbare Summe von Sünden erblicken, und der Rache der göttlichen Gerechtigkeit, die in der Zukunft ihrer wartet, entgegen ſehen?

Ich hingegen bin frei von dieſen beiden Uebeln. Mich quält keine Furcht vor Krankheit, weil ich überzeugt bin, daß die Urſachen der Krankheiten durch ein nüchternes mäßiges Leben, als das beſte Vorbauungsmittel, weggeräumt werden. Ich empfinde, zweitens, keine Angſt, kein furchtſames Grauſen vor dem Tode ſelbſt, weil ich durch die Gewohnheit ſo vieler Jahre, vernünftig zu denken, gelernt habe. Ich halte es daher für eine große Thorheit, dasjenige zu fürchten, dem man nicht entrinnen kann; vielmehr hoffe ich dagegen, bei meinem künftigen Lebenswechſel, durch die Gnade

Jeſu

Jeſu Chriſti, großen Troſt zu erhalten. Ferner iſt mein Lebensende mir noch nicht geſetzt; denn ich weiß, — wenn ich ohngefähre Zufälle ausnehme, — daß ich nicht anders ſterben werde, als bis ſich meine Natur ſelbſt dahin gibt, weil ich durch meine Lebensordnung dem Tode jeden andern Zugang zu mir verſperrt habe. Dieß aber iſt gewiß die glückſeligſte und wünſchenswürdigſte Todesart, wo ſich die Natur gleichſam ſelbſt auflöſet und zu leben müde iſt. Denn, ſo wie ſie die Bande unſers Lebens knüpft, auf eben die Art löſet ſie ſich wieder auf, nämlich, langſam, ſanft und leicht. Ein ſolcher Tod kommt nur nach langem Alter, und nach großer Schwäche der Lebenskraft; denn nur nach und nach, nur durch lange Zeit, wird der Menſch in einen ſolchen Zuſtand geſetzt, wo er nicht mehr gehen, nicht ſehen, nicht hören, nicht ſtehen, und nur mit Mühe ſeinen Verſtand gebrauchen kann. Von ſolchen Beſchwerden bin ich augenſcheinlich, durch Gottes Gnade, noch weit entfernt, und ich glaube, daß meine Seele, — die ſich mit meinem Körper noch im beſten Vernehmen befindet, und ſowohl die Säfte des Leibes, als die Kräfte der Vernunft und der Sinne, in Thätigkeit erhält, — ihrer Wohnung ſo bald noch nicht, ſondern erſt nach vielen Jahren, entſagen werden. Ich glaube daher, einen ſichern Schluß ma=

machen zu dürfen, daß ich noch viele Jahre hindurch geſund leben, und die Reize dieſer Welt genießen werde. Meine Hoffnung verheißt mir auch die Fortdauer dieſes Lebens, durch Gottes Gnade, in jener zukünftigen Welt. — Alles dieß bewirkt ein tugendhaftes, reines mäßiges Leben, dem ich mich ganz geweihet habe, und dadurch ein Freund der Vernunft und Feind der Sinnlichkeit und der Leidenſchaften geworden bin. Dieſes Glück kann Jeder gar leicht erhalten, wenn er ſo lebt, wie ein vernünftiger Menſch leben ſoll.

§. 23.

Da die Mäßigkeit ſo beſeligend, da ihr Name ſo ſchön, ihr Beſitz ſo leicht, da ſie die gewiſſe Quelle der Geſundheit iſt, ſo bleibt mir nichts übrig, als diejenigen, die verſtändig ſeyn wollen, noch herzlich zu ermahnen, und zu bitten, dieſem Schatze des Lebens mit Eifer nachzutrachten und ihn wohl zu bewahren. Da er alle andere Schätze der Welt übertrifft, — denn ein langes und geſundes Leben hänget davon ab, — ſo iſt es wohl werth, von allen Menſchen geehrt, geſucht und beſeſſen zu werden.

Die Mäßigkeit iſt, vor allen Gütern der Erde, ein ſchätzbares heiliges Kleinod. Sie iſt der Gottheit angenehm, eine Geſellin der Natur, eine Schweſter der Tugend, eine Freundin des Lebens. Sie iſt mit Beſcheidenheit, mit Schönheit, mit Adel geſchmückt, mit Wenigem hat ſie vergnügtes Leben in jeder verſchiedenen Lage. Aus der Mäßigkeit treiben, wie aus einer Wurzel, verſchiedene Zweige, — Leben, Geſundheit, Heiterkeit, Fleiß und Ehre, — die alle bei gutgearteten Menſchen anzutreffen ſind. Göttliche und menſchliche Geſetze ſind ihr hold. Wie die Sonne den Nebel, verſcheucht ſie alle Laſter, die doch mehrentheils in Uebermaaß, in Schwelgerei und Praſſen beſtehen. Sie verhindert die Folgen dieſer Laſter, alle überflüſſigen Feuchtigkeiten, ihre übele Beſchaffenheit und ſchädlichen Einflüſſe, Fieber, Schmerz, Traurigkeit und Todesgefahr. Edele Seelen werden von ihren Reizen hingeriſſen, ein frohes und langes Leben zu leben, da ſie die Verſicherung deſſen immer bei ſich führt. Ihre Einfalt reitzet Alle, und macht den Sieg ſo leicht. Die Mäßigkeit gibt ferner die Zuſage, nicht bloß des Reichen Leben, ſondern auch das des Armen zu behüten, nicht bloß das Leben des Mannes, ſondern auch des Weibes, das Leben eines Greiſes ſowohl, als das Leben des Jünglings zu ſchützen. Sie macht den Reichen zurückhaltend,

den Armen ſparſam, den Mann voll Adel, und ſchaamhaft das Weib; dem Greis lehrt ſie, wie er dem Tode ausweiche, und dem Jünglinge gibt ſie feſte Hoffnung auf ſein Leben. Die Mäßigkeit verklärt die Sinne, und macht den Körper geſchicklich, ſo daß der Verſtand lebhaft, das Herz heiter, das Gedächtniß ſtark, jede Bewegung leicht iſt, und Alles wohl von ſtatten geht. Die Seele, von irdiſcher Bürde gedrückt, erlangt dadurch den größten Theil ihrer eigentlichen Freiheit. Das Blut wird belebt, und in ſeinem Kreislaufe nicht geſtört. Das Feuer der Natur wird weder übertrieben, noch gedämpft, und überhaupt wird die ſüße Uebereinſtimmung der Leibes- und Seelenkräfte in der ſchönſten Ordnung erhalten.

O, ſollte Mäßigkeit nicht etwas Heiliges und Reines ſeyn? ſie, die ſo einzig die Natur unterſtützt, und das Leben des Menſchen bewahrt? Sollte ſie nicht die wahre Arzenei, ſowohl des Leibes und der Seele, ſeyn? Wäre es nicht Pflicht der Menſchen, ſie zu erheben, wie ſie es verdient, und ſie mit Eifer und ohne Zaudern zu ergreifen, da ſie die Mittel zur Hand gibt, das höchſte Gut auf Erden, Leben und Geſundheit, zu erhalten?

Noch Vieles könnte ich zum Lobe der Mäßigkeit ſagen; aber es iſt nicht nöthig, daß ich ihr Lobredner bin. Ich endige dieſen Aufſatz, damit ich auch hierin Maaß halte, und verſpare das Uebrige auf eine andere Gelegenheit.

Zwei-

Zweite Abhandlung
über
Verbeſſerung ungeſunder Anlage.

Da verſchiedene Perſonen, deren ſchwächliche Leibesbeſchaffenheit große Behutſamkeit nöthig macht, ſich durch meinen Aufſatz, vom nüchternen und mäßigen Leben, ſehr wohl befunden, und des Nutzens wegen, den ſie aus meinem Rath und meiner Anweiſung gezogen, mir ihren Dank zu erkennen gegeben haben; ſo bin ich dadurch aufgemuntert, abermals die Feder zu ergreifen, um diejenigen, die bei ihrem ſchwelgeriſchen und wüſten Leben noch keine Beſchwerden leiden, zu überzeugen, daß ſie ſich gewaltig irren, wenn ſie auf ihre ſtarke Leibesbeſchaffenheit trotzen.

Mag es doch mit einer ſolchen Natur ſo gut beſchaffen ſeyn, wie es immer kann, ſo wird ſie doch nicht länger, als bis zu einer gewiſſen Zahl*) von

Jah=

*) Dieſe Zahl aber iſt höchſtens 60 oder etwas darüber. Cornaro hingegen meinet, daß die Dauer des Lebens unbeſtimmt lang ſeyn könne. Die mögliche Lebensdauer, von 121 Jahren, habe ich in meinem Geſundheitskalender dargethan.

Jahren, ausdauren können. Kaum erreichen ſolche Leute das ſechszigſte Jahr, daß ſie nicht dann bald genug von vielen Uebeln ſollten angefallen werden. Einige haben die Gicht, bekommen die Waſſerſucht, oder mancherlei Flüſſe. Andere ſind der Colik, den Steinſchmerzen, oder der goldenen Ader, unterworfen, und kurz: ein mannichfaches Heer von Krankheiten ſtürmt dann auf ihr Leben ein, welches nicht erfolgt wäre, wenn ſie in ihrer Jugend vorſichtig und mäßig gelebt hätten. Sterben ja einige in ihrem achtzigſten Jahre, ſo haben ſie lauter Gebrechen, und hätten doch wohl das hundertſte Jahr erreichen können, wenn ſie auf dem Wege gewandelt wären, den die Natur allen Menſchen anweiſet.

Es iſt ſehr wahrſcheinlich, daß dieſe gemeinſchaftliche Mutter alle ihre Kinder wenigſtens ein Jahrhundert alt ſehen möchte, und da doch viele unter ihnen dieſes Ziel erreichten, warum ſollte den andern, das nicht eben ſo gut wiederfahren? — Ich will zwar nicht leugnen, daß wir gewiſſermaßen unter der Herrſchaft der Geſtirne ſtehen, je nachdem die Zeit unſerer Geburt fällt. Ihre guten oder böſen Einflüſſe ſtärken oder ſchwächen unſern Lebenstrieb. Doch, da der Menſch mit Verſtand und Vernunft begabt iſt, ſo muß er durch ſein vernünftiges Benehmen das wieder beſſer machen,

chen, was ihm nachtheilig ſeyn könnte. Die Mäßigkeit trägt mehr dazu bei, ſein Leben zu verlängern, als angebohrne Stärke und Munterkeit. Vorſicht verhütet und verbeſſert die böſen Einflüſſe der Geſtirne. Sie können zwar wohl einige Neigungen in uns erregen, können uns zu Dieſem oder Jenem anreizen, — aber ſie zwingen uns nicht und man kann ihnen wiederſtehen, und auf ſolche Art kann ein weiſer Mann ſogar die Sterne beherrſchen (Anmerk. 14).

Ich bin ſehr gallenreich gebohren, und alſo ſehr zum Zorne geneigt. Ehemals wurde ich durch die kleinſte Veranlaſſung in Hitze geſetzt: ich war gegen Jedermann übellaunig, und zeigte einen gewiſſen Eigenwillen und eine Widerſacherei, daß auch viele rechtſchaffene Leute deßhalb meinen Umgang flohen. Ich wurde aber gewahr, welchen Schaden ich mir ſelbſt anthat, und lernte einſehen, daß der Zorn zu den eigentlichen und unſinnigſten Thorheiten gehöre, daß er unſern Verſtand verwirre, ſo daß wir uns ſelbſt vergeſſen, — und zwiſchen einem zornigen Menſchen und einem wahnſinnigen Narren ſey der einzige Unterſchied, daß der letzte ſeinen Verſtand ganz und gar verlohren habe, der erſte ihn aber nur auf einige Zeit verliehre. — Mäßiges Leben hat mich von dieſer Thorheit frei gemacht, und ich bin durch deſſen

Hül-

Hülfe ſo gelaſſen und ſanft geworden, ich habe dieſe Neigung ſo ſehr überwältigt, daß man es nicht bemerken wird, ob ſie mir angebohren ſey.

Auf dieſe Weiſe kann man durch Vernunft und ordentliches Leben eine übele Leibesbeſchaffenheit verbeſſern, und ob ſie auch ſchwach wäre, dennoch lange und ſehr geſund leben. Ich würde nicht über vierzig Jahre gekommen ſeyn, wenn ich meinen Neigungen immer gefolgt wäre, — und nun bin ich auf ſechs und achtzig! — Hätten die langwierigen und gefährlichen Krankheiten nicht ſo ſehr viel von der Kraft meines Lebens geraubt, deren Verluſt unerſetzlich iſt, ſo würde ich gewiß ein volles Jahrhundert überleben. Da ich aber dieß mir nicht verſpreche, und nicht hoffe, ſo glaube ich doch, es ſey ſchon etwas Großes, daß ich ſechs und vierzig Jahr länger gelebt habe, als ich damals hoffen konnte, und daß bei meinem hohen Alter meine Leibesbeſchaffenheit noch ſo vollkommen iſt, indem nicht nur meine Zähne, meine Stimme, mein Gedächtniß und Gemüth ſo beſchaffen ſind, wie in der beſten Zeit meiner Jugend, ſondern auch mein Verſtand nichts von ſeiner Stärke und Schärfe verlohren hat.

Ich

Ich bin überzeugt, daß dieß eine Folge ſey von der Verminderung meiner Nahrungsmittel. Dieſe Verminderung hat zugenommen, wie meine Jahre zunahmen. — Wir ſollten wohl aus einer uns bekannten Erfahrung, — daß nämlich Kinder weit mehr Nahrung bedürfen, und öfter über Hunger klagen, als Erwachſene, — erkennen lernen, daß man im hohen Alter weniger Nahrung bedürfe, als im Anfange des Lebens. Ein abgelebter Menſch kann nicht viel eſſen, weil er nicht viel verdauet. Eine Wenigkeit kann ihm genug ſeyn, Ein Eidotter kann ihn ſättigen. — Eben ſo werde ich verfahren, wenn ich noch älter werde, weil ich die Hoffnung habe, daß ich auf dieſe Art nicht gewaltſam und mit nicht Pein aus der Welt gehen werde; auch zweifele ich nicht, daß alle die mir hierin folgen, ihren Geiſt eben ſo ſanft aufgeben werden, weil wir Alle von Einer Art, von Einem Stoffe, ſind.

Da nun für den Menſchen auf dieſer Erde kein größeres Heil iſt, als ein langes Leben; ſo iſt es auch ſeine Pflicht, ſeine Geſundheit, ſo viel, als möglich iſt, zu bewahren; und dieß kann ſonſt auf keine Weiſe, als durch Mäßigkeit, geſchehen. Ich geſtehe zwar, daß es Menſchen gibt, die, ob ſie gleich viel eſſen und trinken, dennoch ihr Leben auf hundert Jahr bringen, und ihr Beiſpiel verurſacht,

daß

daß auch andere, indem ſie in keinem Dinge mäßig ſind, ſich ſchmeicheln, es eben dahin zu bringen. Aber zweierlei entdeckt, wie irrig dieß ſey. Einmal findet man unter Tauſenden kaum Einen, deſſen Kräfte ſo dauerhaft wären; zweitens ſind mehrentheils Krankheiten das Ende des Lebens ſolcher Menſchen, die in ihrem Tode noch viel leiden müſſen, was denen, die meinem Beiſpiele folgen, nicht wiederfahren wird. — In der Meinung, daß es zu ſpät ſey ein ordentliches und mäßiges Leben zu führen, fürchtet man ſogar, das funfzigſte Jahr nicht zu erreichen. Ein ſolches Leben aber iſt nie unmöglich, (oder zu ſpät), denn ich lebe ja ſo, viele andere lebten ſo, und viele leben noch ſo. Ohne es zu wiſſen wird man ſein eigener Mörder, weil man nicht glauben mag, daß ein verſtändiger Menſch, troz den verführeriſchen Lockungen der Wolluſt, es nie für zu ſchwer und läſtig halten könne, das thun, was die Vernunft gebietet.

Die Vernunft, wenn man ſie nur hören will, wird uns ſagen, daß eine ordentliche Lebensweiſe zu einem langen Leben unentbehrlich ſey, und daß man bei dieſer Lebensweiſe auf zweierlei, in Abſicht der Speiſen, zu ſehen habe, nämlich auf ihre Beſchaffenheit, und auf ihre Menge. In Rückſicht der Beſchaffenheit, iſt alles das zu vermeiden, was der Magen überhaupt nicht vertragen kann;

 und

und in Rückſicht der Menge, muß Maaß und Genuß ſo beſchaffen ſeyn, wie es der Magen ohne Beſchwerde verdauen kann. Unſere eigene Erfahrung muß uns hierüber Vorſchrift geben, wenn wir in unſer vierzigſtes, funfzigſtes, oder weiter ins ſechszigſte Jahr gekommen ſind. Diejenigen, die auf die Art das, was ſie für nützlich und heilſam erkennen, auch erfüllen, und ein nüchternes mäßiges Leben führen, die erhalten ihre Säfte in gehörigem Maaße, und verhüten die Gelegenheit, daß dieſe ſchlecht werden können, wenn ſie ſelbſt auch Hitze und Froſt ausſtehen, ſich ermüden und wachen müſſen; es ſey denn, daß ſie auch hierin das Maaß überſchritten. — Bei ſo bewandten Sachen, iſt da ein mäßiges Leben nicht unſere Pflicht? und kann man dadurch nun nicht auch ſich von der Furcht befreien, daß man von der mindeſten übeln Beſchaffenheit der Luft, von der kleinſten Ermüdung, niedergeworfen werden müſſe, — als ob dieſe uns krank machten, wenn gleich in uns ſelbſt kein Zunder dazu vorhanden wäre?

Zwar iſt es wahr, daß auch die mäßigſten Menſchen zuweilen Schaden leiden, wenn ſie etwa dahin gebracht werden, von ihrer Lebensordnung zu weichen; aber ſie haben das zum Vortheil und können gewiß ſeyn, daß ihr Uebel nicht über zwei oder drei Tage anhält, und daß es kaum möglich iſt,

(un=

(unter dieſen Umſtänden) von einem Fieber befallen zu werden (Anmerk. 15.). Die Mattigkeit und Erſchöpfung der Kräfte können durch Ruhe und taugliche Nahrung ſehr bald wieder gehoben werden, der Sterne böſer Einfluß kann keine böſen Säfte in Aufruhr und Thätigkeit bringen, wenn keine dergleichen vorhanden ſind. Die Krankheiten, die durch Ausſchweifungen in der Lebensart entſtehen, haben ihre Quellen im Innern, und können viel Schaden ſtiften; diejenigen aber, die eine andere Urſache haben, z. B., den Einfluß der Geſtirne, oder die uns von außen zuſtoßen, können keinen großen Aufruhr in uns erregen.

Es gibt auch wohl einige Schlemmer, die ſich unterſtehen, zu behaupten: daß Alles, was ſie genießen, ihnen ſo wenig nachtheilig ſey, daß ſie ſogar auch nicht einmal durch irgend eine Beſchwerde die Stelle des Magens anzugeben wüßten. Aber ich muß ihnen frei erwiedern: daß ſie die Wahrheit nicht ſagen, und daß ihre Behauptung unſerer Natur nicht gemäß ſey. Unmöglich kann irgend ein Weſen ſo vollkommen ſeyn, um Hitze oder Froſt, Trockenheit oder Feuchtheit ungerührt zu vertragen. Die Speiſen, die wir genießen, und die ſich durch ihre oft ſo verſchiedenen Eigenſchaften auszeichnen, können einem unmöglich alle wohl bekommen. — Dieſe Leute können nicht leugnen, daß ſie zuweilen

kränklich ſind, und wenn ſie gleich noch keinen ganz verdorbenen Magen haben, ſo quälen ſie doch Kopfſchmerzen, ängſtliche Träume, Fieber, und dergleichen Uebel mehr, von denen ſie durch eine gute Lebensordnung und durch Arzeneimittel, die den böſen Ueberfluß ausleeren, wieder hergeſtellt werden; woraus erhellet, daß dieſe ihre Krankheiten von übermäßiger oder der Natur nicht gemäßer Nahrung entſtehen.

Die mehrſten alten Leute ſuchen ſich damit zu beſchönigen, wenn ſie ſagen: ſie müßten viel und oft eſſen, damit ihr natürliches Feuer, das mit den Jahren abnimmt, unterhalten werde. Um die Eßluſt zu erregen, ſagen ſie, müßten ſie Leckereien, gewürzige Dinge, und alles, wonach ſie gelüſtet, genießen, weil ſie ſonſt, wenn ſie dieſe ihre Begierden nicht befriedigten, bald ſterben würden. — Ich antworte ihnen nochmals: die Natur hat es bei alten Menſchen alſo eingerichtet, daß ſie bei weniger Speiſe leben können, indem ihr Magen nicht im Stande iſt, eine beträchtliche Menge zu verdauen. Sie haben nicht nöthig, zu befürchten, daß ſie durch weniges Eſſen ſterben werden, weil ſie doch, wenn ſie von einer Krankheit ergriffen werden, ihre Zuflucht zu einer ſtrengen Lebensart nehmen müſſen, die ihnen auch die Aerzte vor allem andern empfehlen. Ferner hat dieſes Mittel

(die

(die Mäßigkeit) ſelbſt die Kraft, uns den Händen des Todes zu entreiſſen, und man thut gewiß Unrecht, wenn man glaubt, daß man nicht lange ohne krank zu werden, leben könne, wenn man ſich gewöhnt, nur ſo viel zu eſſen, als man in kranken Tagen wohl nöthig hat.

Andere wollen freilich lieber jährlich zwei oder dreimal an ihrer Gicht, ihrem Podagra, Hüftweh, und an andern, ſolchen Menſchen gewöhnlichen, Uebeln leiden, als die anhaltende Qual haben, ihre Lüſte und Begierden zu bändigen, weil ſie die Hoffnung haben, daß eine knappe Lebensart dann noch in ihren Krankheiten gewiſſe Hülfe leiſten werde. Aber möchten ſie doch von mir es lernen, daß, in eben dem Verhältniſſe, worin das Alter zunimmt, auch die Lebenskraft abnimmt, und daß die ſtrenge Lebensordnung, wenn man ſie, als das wahre Mittel, Krankheiten zu verhüten, verachtet, und ſie bloß als Heil- oder Arzeneimittel betrachtet, nicht immer dieſelbe Kraft haben könne, die geſammelten Unreinigkeiten zu tilgen, und die mannichfaltige Unordnung, die aus dem Uebermaaße der Säfte entſtanden iſt, wieder ins gehörige Geleis zu bringen. Sie laufen Gefahr, von ihrer Hoffnung betrogen zu werden, und die Frucht ihrer Unmäßigkeit einzuerndten.

Andere aber zeigen, wie vernünftig ſie ſind, wenn ſie ſagen: es ſey beſſer, ſeine Tage im Jubel hinzubringen, und etwas weniger zu leben! — Es iſt gar kein Wunder, daß ſolche Thoren ihr Leben ſo gering ſchätzen, denn die Welt ſelbſt verliert nicht viel an ihnen, wenn ſie dieſelbe verlaſſen. Groß aber iſt der Verluſt, wenn weiſe, tugendhafte und kluge Männer ein Raub des Todes werden. — Iſt ein ſolcher Mann ein Kardinal, ſo kann er ja im höhern Alter wohl Pabſt werden; hat er in ſeinem Vaterlande viel Anſehn, ſo konnte er dereinſt ein Oberhaupt ſeyn; iſt er gelehrt und in Künſten erfahren, ſo kann er ja nun noch vortrefflicher darin werden und als Zierde des Landes Bewunderung und Ehre genießen!

Noch Andere, wenn ſie auch ihr Alter deutlich fühlen, und wenn auch ihr Magen täglich unfähiger wird, gut zu verdauen, wollen doch von der Menge oder dem Ueberfluſſe ihrer Speiſen nichts abziehen. Sie machen nur die Zahl ihrer Mahlzeiten kleiner, und, da ſie finden, daß ſie mit zwei oder drei Mahlzeiten ihrem Magen zu viel thun, ſo halten ſie ſich in Abſicht ihrer Geſundheit für ſehr vorſichtig, wenn ſie des Tages nur Eine tüchtige Mahlzeit zu ſich nehmen. Sie meinen, daß die Zwiſchenzeit, von einem Satteſſen bis zum andern, nun geſchickter ſey, die Speiſen, die ſie ſonſt auf

zwei

zwei Mahlzeiten würden genoſſen haben, verdauen zu laſſen. Sie eſſen daher in der einen Mahlzeit ſo viel, daß ihr Magen von der genommenen Speiſe überwältiget, die überflüſſige Nahrung in böſe Säfte verkehrt wird, und Krankheit und endlich der Tod erfolgt. Nie habe ich Jemand, der ſo handelte, lange leben geſehen. Zuverläſſig würden die Menſchen ihr Leben höher bringen, wenn ſie das Maaß ihrer gewohnten Nahrungsmittel nach der Zunahme ihres Alters verkleinerten, wenn ſie weniger, und lieber öfter, eſſen wollten.

Einige glauben noch, daß die Mäßigkeit uns zwar geſund erhalten, aber keinesweges das Leben ſelbſt verlängern könne. Man hat aber doch in vorigen Zeiten Leute geſehen, die ihr Leben dadurch verlängert hatten. Man ſieht auch wohl noch jetzt dergleichen, wie ich denn ſelbſt hier ein Beiſpiel ſeyn kann. Da man aber überhaupt nicht ſagen kann, daß Mäßigkeit unſer leben verkürze, — gleich denen Uebeln, die aus Uebermaaß der Säfte entſtehen, — ſo gehört in der That nicht viel Verſtand dazu um einzuſehen, daß Geſundſeyn weit mehr zu einem langen leben beitrage, als Krankſeyn, und daß alſo Nüchternheit und Mäßigkeit die Dauer des lebens mehr befördere, als

Ueberfluß der Nahrung (Siehe die 6te Anmerkung).

Es mögen Wollüſtlinge ſagen, was ſie wollen! Die Mäßigkeit iſt dem Menſchen ein unausſprechliches Heil. Ihr hat er ſeine Erhaltung zu danken! Sie verſcheucht von ſeinem Geiſte die traurigen Bilder des Todes! Durch ihren Beiſtand wird er klug, und gewinnt ein Alter, worin ihm Vernunft und Erfahrung die Waffen geben, mit denen er ſich von der Obermacht der Leidenſchaften und irrigen Neigungen befreien kann, die ſonſt Zeitlebens eine ſchreckliche Herrſchaft in ſeinem Herzen behaupten werden. — O Mäßigkeit, wie heilig biſt du, wie gut! wie bin ich Dank dir ſchuldig, daß ich das Licht noch erblicke, das Licht, das ſo ſchön, ſo reizend iſt, wenn man deinem Gebote nur folgt, und feſt darin beharret!

Einſt, da ich meiner Sinnlichkeit nichts verſagte, hatte ich nie ſo reine Freuden, wie jetzt. Sie waren ſo flüchtig, mit ſo viel Mühe und Verdruß verbunden, daß alle Wolluſt beinahe mehr Unluſt wurde. — Iſt aber jetzt mein Leben nicht glücklich? ein Leben, das bei allen den Gütern, die es mir altem Manne ſpendet, auch meinen Magen ſo vortrefflich im Stande hält, daß ihm ein Stück trocknes Brod angenehmer und wohlthätiger iſt,

als

als den Wollüſtlingen ihre ausgeſuchteſten Leckereien. Das mit einem ſolchen Leben verknüpfte Wohlgefallen am Brodte iſt der Vernunft gemäß, und hat guten Grund, weil Brod unter allen Speiſen einem hungrigen und eßluſtigen Menſchen am beſten bekommt. Das nüchterne und mäßige Leben iſt nie ohne ſolche Eßluſt, ſo, daß mein Magen, indem ich wenig eſſe, deſto öfter nach dieſem Manna verlangt. Ich eſſe es daher oft mit ſolcher Wolluſt, daß ich glauben würde, die Mäßigkeit zu verletzen, wenn ich nicht wüßte, daß man um zu leben, eſſen müſſe, und daß keine natürlichere und einfachere Speiſe zu finden ſey.

Die Natur, die Mutter des Menſchengeſchlechtes, die für unſere Erhaltung ſo ſehr geſorgt, und den betagten Menſchen, zu ſeiner Bequemlichkeit, ſo eingerichtet hat, daß er ſein Leben mit weniger Nahrung erhalten kann, gibt ihm auch die Weiſung: daß er, da er zur Zeit der Lebensblüthe zwei Mahlzeiten genießen konnte, jetzt dieſe in viere eintheilen müſſe, damit ſein Magen deſto weniger Mühe bei der Verdauung haben möge. — Ich kann dieſe Weisheit und Fürſorge der Natur nicht genug bewundern, ich folge ihrem Rathe und lebe ſo glücklich dabei.

Meine Lebenskräfte werden durch meine genoſſene Nahrung nicht unterdrückt, ſondern bloß dadurch erſetzt und erhalten. Ich befinde mich beſtändig bei gleicher Geſundheit, ich bin immer heiter, und zwar mehr nach als vor dem Eſſen. Ich bin es gewohnt, ſo bald ich vom Tiſche aufgeſtanden bin, zu ſchreiben, und zu ſtudieren, und habe nie gemerkt, daß dergleichen Beſchäftigung unmittelbar nach dem Eſſen mir übel bekommen ſey. Ich kann meiner Geſchäfte warten, es ſey eine Tageszeit, welche es wolle, und bin nie träge oder ſchläfrig, wie wohl bei vielen Andern der Fall iſt; denn die ſparſame Nahrung, die ich zu mir nehme, kann keine Dünſte aus dem Magen zum Kopfe treiben, wodurch mein Gehirn beläſtiget und zu ſeinen Verrichtungen unwillig gemacht werden könnte.

Ich will hier meine ſämmtlichen Speiſen herſetzen. — Ich eſſe Brod, Suppe, weiche Eier, Kalbfleiſch, junges Ziegenfleiſch, Hammelfleiſch, Rebhühner, junge Hühner und Tauben; von Meerfiſchen genieße ich die Goldforelle, und von den Flußfiſchen, den Hecht. Alle dieſe Speiſen ſind alten Leuten zuträglich, und wenn ſie verſtändig ſind, ſo können ſie ſich recht gut damit behelfen, und brauchen nicht ſich nach andern umzuſehen.

Ein alter armer Menſch, dem es an Vermögen fehlt, ſolche Koſt ſich anzuſchaffen, kann ſeine Nahrung aus Brod, Suppe und Eiern beſtehen laſſen. Es iſt kein Menſch, ſo arm er auch ſeyn mag, der ſich dieſe Speiſe nicht verſchaffen könnte; es müßten denn ausgemachte Bettler ſeyn, die bloß von Almoſen leben, von denen aber hier die Rede nicht iſt: — denn die Urſache, daß es Vielen in ihrem Alter ſo elend ergehet, iſt die, daß ſie in ihrer Jugend faule Müſſiggänger waren. Dieſen iſt es beſſer, daß ſie todt ſind, als daß ſie leben, wo ſie nur der übrigen Welt zur Laſt fallen. — Jedoch auch ſolche Armen, die nichts anderes für ſich ſchaffen können, als Brod, Suppe und Eier, müſſen dennoch nicht zu viel auf einmal davon genießen, und ihre Mahlzeit in ein ſolches Maaß einſchränken, daß ſie nicht eher ſterben dürfen, bis ſich die Bande der Natur freiwillig löſen. Denn man glaube ja nicht, daß ein gewaltſamer Tod bloß durch Wunden verurſacht werde! Fieber und manche andere tödliche Krankheiten, thun eben daſſelbe, weil ſie von ſolchen Säften erregt werden, denen, wenn ſie der Natur gemäß wären, die Natur ſich nicht widerſetzen würde.

O, welch ein Unterſchied iſt zwiſchen einem mäßigen und unmäßigen Leben! Ausſchweifungen und

und Unmäßigkeit führen das letzte Stündlein ſchnell herbei; Ordnung und Mäßigkeit entfernen es von uns, und ſchenken uns eine vollkommne Geſundheit. — Wie manche Freunde und Verwandte ſind mir durch ihr Schwelgerleben ſchon entriſſen, die alle noch leben könnten, wenn ſie mir geglaubt hätten. Mich hat ein ſolches Leben nicht niederwerfen können, wie ſo viele Andere! — Denn, da ich ſtark genug war, ſeinen Lockungen zu widerſtehen, ſo lebe ich noch, und habe ein ehrwürdiges hohes Alter erreicht!

Wäre ich dieſem häßlichen Quell des Verderbens nicht entronnen, ſo würde ich jetzt nicht die Freude haben, eilf Kindeskinder, die alle geſittet und ſchön ſind, vor mir zu ſehen, noch auch durch die Verbeſſerung meiner Häuſer und Gärten frohen Genuß zu erhalten. Es war Zeit dazu erforderlich, und doch habe ich dieß, und mehr dergleichen, wozu Zeit nöthig iſt, ausgehalten und vollendet. — Du aber, grauſame Schlemmerei, ſchneideſt deinen Sklaven oft den Lebensfaden ab, ehe ſie das, was ſie begonnen, vollenden konnten. Nichts dürfen ſie unternehmen, was lange Zeit erfordert; und gelingt es ihnen ja, ihr Unternehmen am Schluſſe zu ſehen, ſo wird ihnen doch kein langer Genuß davon zu Theil. — Daß man dich kennen möge, wie und was du biſt, ſo ſage ich eben, daß du ein Gift ſeyſt,

das

das den Menſchen ſchrecklich ermordet; und weil ich wünſche, daß alle Menſchen dich als ein Ungeheur verabſcheuen mögten, ſo ſuche ich auch es dahin zu bringen, daß meine eilf Kindeskinder dir den Krieg ankündigen, meinem Beiſpiele folgen, dem Geſchlechte der Menſchen ein Vorbild ſeyn, und ihm den böſen Trug deiner Reize und den Vortheil eines mäßigen und ordentlichen Lebens darſtellen ſollen.

Ich kann nicht begreifen, wie ſo viele, ſonſt verſtändige, Menſchen, nicht ſo viel Gewalt über ſich haben, ihre unerſättliche Eßgier zu bändigen. — Wenn ſie ihr funfzigſtes oder ſechszigſtes Jahr erreicht haben, und wenigſtens die mancherlei Schwächlichkeiten ihres Alters nun empfinden, ſo können ſie ſich durch eine gute Lebensordnung davon befreien; aber unheilbar bleiben dieſe Zufälle, wenn jene Lebensordnung nicht befolgt wird. — Daß junge Leute wegen ihrer vielen Zerſtreuungen ſich dazu nicht einlaſſen, wundert mich freilich nicht ſo ſehr; dieſe ſind noch nicht geſchickt genug, den Reizungen der Sinne zu widerſtehen. Aber wenn man das funfzigſte Jahr erreicht hat, ſo ſollte man billig der Vernunft gemäß leben, die uns, wenn wir auf ſie hören, belehrt, daß Folgſamkeit gegen unmäßige und unordentliche Lüſte und Begierden das eigentliche Mittel ſey krank zu werden und jung die

Welt

Welt zu verlaſſen. — Und wenn denn nur die Vergnügen der Zunge lange dauerten! — aber kaum ſind ſie begonnen, ſo verſchwinden ſie wieder, und je häufiger der Genuß, deſto ſchwächer iſt die Empfindung; die Krankheiten aber, worin wir durch ſie geſtürzt werden, begleiten uns bis ans Grab. — Kann ſich daher ein mäßiger Menſch nicht freuen, wenn er zu Tiſche ſitzt, weil er verſichert iſt, daß er, wenn er nun aufſteht, von dem Genoſſenen keinen Nachtheil leiden wird?

Nachfolgendes wollte ich dieſer Abhandlung noch beigefügt haben; es iſt kurz, und enthält noch einige andere Zeugniſſe für dieſen Gegenſtand. Ich wünſche, daß Viele das Verlangen haben mögen, das Eine und das Andere zu leſen, und aus Beiden Nutzen zu ſchöpfen.

Dritte Abhandlung.

Ein Brief
an den Patriarchen zu Aquileja,
Herrn Barbaro.

Ueber die Mittel, ein geſundes und glückſeliges Alter zu erlangen.

Wahrlich, man muß geſtehen: Des Menſchen Geiſt und Verſtand gehören zu dem Größten, was der Schöpfer bildete, ich möchte ſagen, ſie ſind ſein eigentliches Meiſterſtück. Wie herrlich iſt es nicht, daß der Menſch mit ſeinen Freunden, und weit in die Ferne, durch Briefe reden kann! Wie wunderbar iſt die Eigenſchaft unſerer Seele, daß man einer den andern, bloß mit den Augen des Geiſtes erblicken kann, ſo wie ich jezt Ew. Ehrwürden vor mir ſehe! — Ich wähle daher jezt dieſe Art mit einander zu ſprechen, um Ihnen von vielen angenehmen und nützlichen Gegenſtänden zu erzählen. Ganz neue Dinge ſind es zwar nicht,

nicht, doch habe ich in meinem ein und neunzigſten Jahre noch nicht zu Ihnen ſelbſt darüber geredet. Was ich Ihnen vorzuſtellen habe, iſt eine Sache, die einem Wunder ähnlich ſieht, nämlich: Daß die Stärke meiner Geſundheit noch in voller Blüthe iſt, und daß ſie, wenn ich die Summe meines reichlichen Alters bedenke, — ſich anſtatt mit den Jahren abzunehmen, — noch eher zu vermehren ſcheint. Alle, die mich kennen, haben ſich darüber wundern müſſen, und da ich es weiß, woher dieſes Glück meines Alters kommt, ſo kann ich die Urſache auch niemals verhehlen. Ich bemühe mich auf alle Art, alle Menſchen zu überzeugen, daß ein Mann nach dem achtzigſten Jahre noch froh auf Erden leben könne, daß man aber dieſes Ziel ohne Enthaltſamkeit und Mäßigkeit nicht erreicht. Dieſe Tugenden ſind der Gottheit angenehm, ſie ſchlagen alle ſinnliche Wolluſt nieder, und begleiten uns als Freundinnen des Lebens.

Ich muß Ew. Ehrwürden berichten, daß vor einigen Tagen einige Gelehrte unſrer Akademie zu Padua, Aerzte und Philoſophen mich beſuchten, um von mir zu erfahren, wie ich mich in meiner Lebensart verhielte, da ſie vernommen hatten, daß ich noch ſo ſtark, ſo friſch und munter ſey, daß man alle meine äußeren Sinne noch ungeſchwächt finde, daß mein Gedächtniß, mein Herz, mein Verſtand, mei-

meine Stimme, meine Zähne noch eben ſo vollkommen und ſtark wären, als in meiner Jugend, — daß ich ſieben bis acht Stunden des Tages ſchreibe, und die übrige Zeit ſpazieren gehe, oder ſolche Ergötzungen anſtelle, wie ſie ſich mit der Würde eines ehrbaren Mannes vertragen, — ja, daß ich auch bei einer Muſik meine Stimme hören laſſen könne. — O, wie würden Sie, mein Herr, dieſe Stimme bewundern, die, wie Davids Stimme zur Harfe, die Wunder der Gottheit erhebt! wie würde der ſchöne Wohlklang, der mir tief aus der Bruſt enttönt, Ihre Sinne erſchüttern! —

Jene Herren wunderten ſich beſonders darüber, daß ich mit ſo leichter Mühe von Gegenſtänden ſchreiben könne, die tiefes Nachdenken erfordern, — welches mich aber gar nicht entkräftet, ſondern vielmehr ergötzt. — Doch glauben Sie, mein Herr, indem ich jetzt die Ehre habe, an Sie zu ſchreiben, ſo iſt mir dieß ein größeres Vergnügen, als wenn ich mich mit Studiren beſchäftigte. *)

Jene Gelehrten äußerten: daß man mich nicht als einen betagten Mann betrachten könne, weil alle

*) Man laſſe die Artigkeit nicht unbemerkt, womit der 91 jährige Mann hier ſpricht. Gewöhnlich werden alte Menſchen grob und ungeſchliffen, und dieſer hat noch alle Geiſtesgegenwart, um eine ſo allerliebſte Humanität zu ſagen!

alle meine Beſchäftigungen den Beſchäftigungen junger Menſchen, und keinesweges dem mühſamen Benehmen alter Leute gleichen, da dieſe nach ihrem funfzigſten Jahre nicht viel vollenden, ſondern immer ſiech und krank, folglich ſchwach und kraftlos, ja, unter wahrer Laſt lebten. Fände man ja einige, deren Schwachheit noch nicht ſehr groß ſey, ſo bemerke man doch, daß ihren Sinnen die Kraft gebreche, daß Geſicht und Gehör ihnen vergehe, Füße und Hände ihnen zittern, daß ſie nicht gut mehr wandern, noch ſonſt etwas beginnen können. — Duldeten einige auch nicht ſo viel Beſchwerden, ſo ſey doch ihr Gedächtniß ſchwach, ihr Verſtand träge, und ihr Herz ohnmächtig; kurz, ſie hätten einen ſo vollen Lebensgenuß nicht, wie ich.

Am mehreſten aber wunderten ſie ſich über eine Sache, die in der That auch wunderbar iſt, nämlich: — daß ich Jahr für Jahr, die ganzen Monate Julius und Auguſt hindurch, aus einem unüberwindlichen Widerwillen, keinen Wein trinken kann, er ſey, wie er wolle. Der Wein iſt mir um dieſe Zeit ſo zuwider, daß ich ſterben würde, wenn ich ihn mit Gewalt trinken müßte, weil weder mein Magen, noch mein Gaumen ihn dann vertragen kann, und man ſollte glauben, ich würde, — da Wein die Milch der Alten iſt, — mein Leben, wegen Entbehrung dieſer Hülfe nicht mehr weit bringen.

gen. Da nun um dieſe Zeit mein Magen dieſes Stärkungsmittels entbehrt, daß ihm doch eigentlich zur Erhaltung ſeiner Wärme dient, — ſo kann ich nur ſehr wenig eſſen, und bekomme daher um die Mitte des Auguſtmonats eine ſolche Schwachheit und Entkräftung, die auch die beſten Fleiſchbrühen und Stärkungsmittel nicht heben können. Dieſe Entkräftung hat aber auch nicht den mindeſten Schmerz oder ſonſt ein Uebel bei ſich. — Unſere Gelehrten meinten aber, daß, — wenn der neue Wein, der zu Anfange des Septembers meine Geſundheit ſogleich wieder erneuerte, zu der Zeit noch nicht vorhanden wäre, — ich unmöglich länger leben könnte. Sie erſtaunten eben ſo ſehr, da ich ihnen ſagte, daß der neue Wein mir in drei bis vier Tagen alle Kräfte wieder gäbe, die ich bei dem Genuſſe des alten Weines verlohren hätte; wie ſie denn hievon ſelbſt vor einigen Tagen Augenzeugen abgaben, indem ſie mich in dieſem zweifachen, ſo ſehr unterſchiedenen Zuſtande antrafen, welches ſie ſonſt wohl ſchwerlich geglaubt haben würden. Einige Aerzte ſagten mir ſchon vor zehn Jahren, daß ich bei dieſem Wein-Ekel unmöglich noch zwei oder drei Jahr leben könnte; dennoch aber habe ich ſelbſt in dieſem Jahre nicht ſo viel Entkräftung gehabt, und bin noch ſchneller zu meinem vorigen Wohlſeyn gelangt.

Dieſe Art Wunder. nebſt ſo manchen Gnaden und Wohlthaten, die Gott mir verliehen hat, bewogen dieſe Gelehrten zu der Aeußerung: daß ſchon bei meiner Geburt ein beſonderer Segen der Natur oder des Himmels über mich gekommen ſeyn müſſe. — Sie ſuchten mit vieler Beredtheit und Gelehrſamkeit dieſe ihre Meinung zu beſtärken; — und man muß geſtehen, wie Ew. Ehrwürden mir leicht beſtimmen werden, daß Beredtſamkeit ſehr viel über den Verſtand des Menſchen vermöge, indem er ſich oft überreden läßt, das Daſeyn dieſes oder jenes Dinges zu glauben, das nicht da iſt, und oft das Nichtſeyn anzunehmen, wo doch wirklich etwas iſt. — Ich hörte dem gelehrten Vortrage dieſer Männer mit Vergnügen zu; beſonders aber ergötzte mich der Gedanke: daß Jahre und Erfahrung einen Menſchen weit gelehrter machen, als alle Schulen und Lehrer. Dieß ſind die zwei ſicherſten Wege, auf denen man zu Kenntniſſen gelangen kann, und dadurch war ich auch im Stande, den Irrthum dieſer Herren deutlich einzuſehen.

Um ihnen alſo das eigentliche Wahre zu zeigen, bewies ich ihnen, daß die Gründe ihrer Behauptungen irrig, und daß die an mir wahrgenommenen Eigenſchaften nicht einer ausſchließlichen Gunſt des Himmels zuzuſchreiben wären, ſondern einer allgemeinen, auf alle Menſchen

ver-

verbreiteten Gunſt, an der auch Jedermann Theil haben könne. Ich wäre nur ein Menſch wie andere ſterbliche Menſchen; wir Alle hätten, als Erforderniſſe unſers Weſens, Urtheilskraft, Verſtand und Vernunft, und einerlei Hauptkräfte des Geiſtes empfangen; es ſey der Wille des Schöpfers, daß wir dieſe Vorzüge haben ſollten vor den übrigen Thieren, die nur den Gebrauch der Sinne mit uns gemein haben. — Gott habe uns, ſagte ich weiter, Vernunft und Beurtheilungskraft gegeben, unſer Leben dadurch zu beſchützen, und dieſer Vorzug rühre lediglich von Gott, und nicht von einer Naturkraft oder vom Einfluſſe der Geſtirne her. Der Menſch in ſeiner Jugend ſey mehr ſinnlich, als vernünftig, und lebe daher nach ſeinen Lüſten und Vergnügungen; wenn er aber im vierzigſten oder funfzigſten Jahre ſey, ſo müſſe er einſehen, daß er ſchon die Hälfte ſeines Lebens erreicht habe, und dieß beſonders durch eine gute Leibesſchaffenheit, die ihn ſo weit bringen konnte; nun aber ſey der Weg des Lebens verändert, er gehe nun abwärts zum Tode, der die Beſchwerden des Alters zu ſeinen Vorboten beſtimmt. Ein ſolches Alter verhalte ſich gegen die Jugend, wie ſpärliches Leben zu dem ſchwelgeriſchen, und es ſey daher nöthig, weil man nicht jung mehr iſt, ſeine Lebensweiſe zu ändern, beſonders in Abſicht der Eigenſchaften und der Menge der Speiſen, wo-

durch unſere Geſundheit und ein langes Leben eigentlich befördert wird. Habe man denn in der erſten Hälfte des Lebens bloß thieriſch gelebt, ſo ſey es deſto nöthiger, in der andern Hälfte vernünftig und ordentlich zu leben; denn Ordnung ſey zur Erhaltung aller Dinge unentbehrlich, beſonders bei dem Menſchenleben, wie dieß aus den Beſchwerden, die von zügelloſer Lebensart entſtehen, und aus dem Wohlſeyn derer, die mäßig und ordentlich leben, abzunehmen ſey. — Ja, es iſt unmöglich, wie Ew. Ehrwürden ſelbſt einſehen, daß diejenigen, die auf ſolche Art ihren Geſchmack und ihre Lüſte befriedigen, ihre Naturanlage nicht ſchwächen ſollten. — Damit ich aber meine eigene Naturanlage in gutem Stande erhalten mögte, ſo habe ich, da ich zu reiferem Alter gelangte, mich völlig der Mäßigkeit ergeben. -- Doch iſt es wahr, nicht ohne Mühe habe ich dieß vollendet und dem Wohlleben den Dienſt aufgeſagt. Ich fing damit an, den Beiſtand des Himmels zu erflehen, und meine Gedanken feſt darauf zu richten, daß man ein Vorhaben, es ſey auch noch ſo mühſam, dennoch wakker vollenden könne, wenn man nur die Hinderniſſe, die ihm im Wege ſtehen, immer hinwegräumt. Auf dieſe Art habe ich meine böſen Gewohnheiten überwunden, und gute angenommen, ſo, daß meine Lebensart jetzt viel ſtrenger und eingeſchränkter ge-

gewöhnt iſt, als meine Neigungen einſt verderbt waren, ehe ich jene begann.

Nachdem nun dieſe Gelehrten meine Gründe gehört hatten, waren ſie genöthiget, mir beizupflichten. Der jüngſte aber unter ihnen, machte mir folgende Einwendung: — er gebe zu, daß jener Segen des Himmels für alle Menſchen ſeyn möge, aber er offenbare an ihnen ſich durch ſeine Wirkungen zu ſelten. Ich hätte gewiß nebſt jenen noch einen beſondern Seegen nöthig gehabt, um zu ſiegen, die Reize und die Gewohnheit eines lockern und wollüſtigen Lebens zu beherrſchen, und eine ganz andere Lebensart einzurichten. Unmöglich ſchiene ihm dieß zwar nicht, — weil ich ſelbſt es erreicht hätte, — aber im höchſten Grade mühſam und läſtig komme es ihm vor! —

Dieſem erwiederte ich: — es ſey unanſtändig, irgend ein Unternehmen, ſeiner Beſchwerlichkeiten wegen, aufzugeben, und je mehr man deren dabei überwinden müſſe, deſto größer ſey die Ehre dabei. Es wolle unſer Schöpfer, daß jeder Menſch nach einem langen Leben, als ſeiner Beſtimmung, trachte, — er wolle, daß der Menſch im Alter frei von den herben Folgen ſinnlicher Lüſte lebe, und der reinen Vernunft gehorche, damit er dann, erlöſt von allen Laſtern, beſſer im Stande ſey, ſei-

ner künftigen Vollkommenheit gemäß zu leben. Es ſey der Wille der unendlich gütigen Gottheit, daß der Menſch, wenn er den Lauf der Natur vollendet, ſein Leben ohne irgend eine Qual, bloß durch Löſung der natürlichen Bande, endigen ſoll. Dieſe Art zu ſterben, könne allein ein natürlicher Tod heißen, da ein jeder anderer Tod, den man durch Zügelloſigkeit und unmäßiges Leben ſich zuziehet, gewaltſam iſt. Es ſey der eigentliche Wille des höchſten Weſens, daß der Menſch durch ein ſolches ſanftes Sterben in das Leben der herrlichen Ewigkeit übergehe, — auf welche Art ich meinen Tod erwarte, auf den ich immer rechne. — Ich hoffe, ſagte ich weiter, — zu ſterben, während dem, daß ich das Lob meines Schöpfers verkündigen werde. Der traurige Gedanke, daß man endlich einmal das Leben endigen müſſe, kann mich nicht betrüben, ob ich gleich deutlich einſehe, daß jene gewiſſe Stunde in meinem hohen Alter nicht entfernt ſeyn könne, daß ich nur dazu gebohren bin, um einſt zu ſterben, und daß zahlloſe Millionen, weit jünger als ich, ins Grab geſunken ſind. Da ich ein Chriſt bin, und meine Hoffnung auf die Gnade und das Verdienſt meines Erlöſers beruhet, ſo erſchreckt mich keine Furcht vor der Hölle. Ich freue mich, nach einem ſo glücklichen Tode ein ſo herrliches Leben anzutreten.

Auf

Auf dieſes alles antwortete mir der erwähnte junge Gelehrte nichts weiter, als, — daß er ſich entſchloſſen habe, ein mäßiges Leben anzufangen, um glücklich leben und ſterben zu können. Er habe zeither immer gewünſcht, lange jung zu bleiben; von jetzt an aber ſey ſein Wunſch, bald alt zu werden, um die Freuden eines ſo ſchönen Alters genießen zu können. — —

Mein Verlangen, Ew. Ehrwürden, — als einem Manne, deſſen Geſellſchafter ich immer zu ſeyn wünſche, — einige Unterhaltung zu ſchaffen, hat meine Hand verleitet einen ſo langen Brief zu ſchreiben, und nöthigt mich, zuletzt noch eine kleine Anmerkung hinzuzufügen.

Einige Menſchen, die beinahe als völlige Thiere leben, und Wolluſt zum Endzwecke ihres Daſeyns machen, haben eingewendet: ich hätte mir viele Mühe gegeben eine Schrift, über die Mäßigkeit, herauszugeben, und hätte damit viele Zeit verderbt, um die Menſchen zu einer unthunlichen Sache zu bereden. Mein gegebener Rath und alle meine Ermahnungen würden eben ſo fruchtlos ſeyn, als einſt die Geſetze, die Plato ſeiner Republik vorſchrieb, deren Befolgung damals ſo ſchwierig geweſen wären, daß er auch nicht Einen hätte dazu bringen können, ihnen Folge zu leiſten. Eben dieß

Schick-

Schickſal würde dem widerfahren, was ich geſchrieben hätte.

Aber dieß Gleichniß ſcheint mir ſehr zu hinken; da ich ſelbſt das, worüber ich ſchrieb, ſchon viele Jahre hindurch geübt habe, und da ich es auch nicht würde geſchrieben haben, wenn meine Erfahrung mich nicht überzeugt hätte, daß die Anwendung meiner Vorſchläge gar nicht unmöglich ſey; daß ſie vielmehr der Vernunft gemäß und wahrhaft nützlich ſeyen. Dieß allein hat mich bewogen öffentlich damit hervorzutreten, damit Viele darauf merken und geſund leben mögten, ſo, daß Plato's Geſetze mit meinen Vorſchlägen gar nichts ähnliches haben. — Solche Menſchen aber, die ihren Begierden nichts abſchlagen wollen, brauchen mir ihren Beifall nicht zu zollen. Freilich kann ich nicht ohne Mitleid an ſie denken, ob ſie gleich durch ihr zügelloſes, ſchwelgeriſches Leben es ſelbſt verſchulden, daß ſie in den Tagen ihres Alters fortdauernd gemartert werden, und ſtete Büßer ihrer Leidenſchaften und Lüſte ſind!

Vier-

Vierte Abhandlung.

Vom Leben und Tode des Menſchen.

An einige Geiſtliche gerichtet.

Um einer Pflicht, die unter uns Menſchen walten ſollte, — habet keine höhere Verbindlichkeit unter einander, als die Liebe! — ein Genüge zu leiſten, und um keinen Augenblick das Vergnügen, das ich durch mein Leben erhalte, zu verlieren, ergreife ich noch einmal die Feder, um Einige über Dinge zu belehren, die ihnen noch nicht bekannt ſind, die aber diejenigen, die mich kennen und ſehen, ſchon wiſſen. Das, was ich zu ſagen habe, ſcheint beim erſten Anblicke faſt unmöglich, oder es iſt wenigſtens ſehr ſchwer, ſich eine wahre Vorſtellung davon zu machen; dennoch iſt nichts Wahreres, als die Sache ſelbſt. Es iſt

iſt eine Sache, die ſchon Viele wiſſen, und die wohl verdient, von der Nachwelt bewundert zu werden. — Ich bin nun in mein fünf und neunzigſtes Jahr getreten, und lebe noch ſo friſch und geſund, ſo heiter, ſo zufrieden, als ob ich nur fünf und zwanzig Jahr alt wäre!

Wie undankbar würde ich ſeyn, wenn ich ablaſſen wollte, die Güte Gottes, die mir ſo viele Gnade erzeigt hat, und noch erzeigt, zu erheben! — Andere Menſchen haben kaum ihr ſechszigſtes Jahr erreicht, ſo ſind ſie ſchon mit Schwächen und Krankheiten überladen; ſo daß ſie immer traurig und elend ſind, und mit einem Fuße ſchon im Grabe ſtehen. Sie zittern und beben Tag und Nacht vor Furcht, daß ihr letztes Stündlein nahe. Sie ſind fortdauernd von dieſen trüben Vorſtellungen gedrückt, und können ſich ihrer faſt nie entſchlagen — Ich, — Gott ſey Dank! — bin frei von ſolcher Unruhe und Furcht! Ich denke, daß ich mich nicht zu früh dieſer eiteln Bekümmerniß überlaſſen müſſe, — und dieß will ich in der Fortſetzung meiner Schrift erläutern, und zeigen, wie gewiß ich mir Rechnung mache, über hundert Jahr alt zu werden. — Um Ordnung in meinem Vortrage zu halten, will ich von der Geburt des Menſchen

ſchen anfangen zu reden, und dann von ſeinem Tode.

Einige Menſchen ſind, in Rückſicht ihres Leibes, ſchon ſo hinfällig gebohren, daß ſie nur wenige Tage oder Monathe leben bleiben. Es iſt ungewiß, ob man dieß der ſchlechten Leibesbeſchaffenheit der Eltern, oder dem Einfluſſe des Himmels, oder einer Irrung der Natur zurechnen ſoll, die ſolches Gebrechen von ohngefähr bewirkt haben. Denn wahrſcheinlich iſt es nicht, daß die allgemeine Mutter der Menſchen, die Natur, nur einige unter ihren Kindern vorziehen, und die andern vernachläſſigen ſollte.

Es iſt auch unnöthig, die Zeit mit hin und her Rathen zu verſchwenden, da wir die wahre Urſache eines ſolchen kurzen Lebens nicht wiſſen können. Es ſey uns genug, zu wiſſen, daß es einige menſchliche Leiber gibt, die ſchon anfangen zu ſterben, ehe ſie gebohren ſind.

Andere werden zwar geſund und gut gebildet, aber doch von ſchwächlicher Natur gebohren, und es finden ſich einige unter ihnen, die bis ins zehnte, zwanzigſte, dreißigſte, oder auch bis ins vierzigſte Jahr leben, aber ein hohes Alter doch nicht erreichen können. (Anmerk. 8.)

An-

Andere aber gibt es, die eine ſtarke Leibesbeſchaffenheit mit auf die Welt bringen, und deßhalb zwar alt werden, dann aber krank und elend ſind, wie ich ſchon geſagt habe. Allein ſie ſelbſt ſind Urheber aller ihrer Krankheiten, aller ihrer Zufälle, die ſie leiden, indem ſie auf ihre gute Natur mehr baueten, als dieſe ertragen konnte. Solche Menſchen wollen gar ihre Lebensart nicht ändern, und machen keinen Unterſchied zwiſchen ihrem Alter und ihrer Jugend, gerade, als ob ſie in ihrem achtzigſten Jahre noch ſolche Leibeskräfte hätten, wie einſt in der Blüthe des Lebens. Sie beſſern nichts an ihrer Lebensweiſe, bedenken ihre Jahre nicht, noch daß der Zuſtand des Leibes immer ſchwächer werde, daß der Magen täglich etwas von ſeinem Feuer verliere, und daß ſie daher nun mehr auf die rechte Art der Speiſen achten, als ſich mit ihrer Menge beſchweren ſollten. Sie wähnen, weil der Menſch mit den Jahren allmählig an Kräften abnimmt, ſo müſſe er dieſe Kräfte durch ſtarke und häufige Nahrung erſetzen. Sie haben die Einbildung, das Leben werde durch vieles Eſſen erhalten; aber ſie betrügen ſich. Da die natürliche Wärme mangelt, ſo wird ſie durch Uebermaaß der Nahrungsmittel noch mehr verzehrt. Es iſt eine Vorſichtsregel, daß man von dieſer Wärme nicht mehr erwarten müſſe, als ſie vermag, und ohne Zwang verrichten kann. Zuverläſſig kommen

die böſen Säfte bloß von übeler Verdauung, und die Eßluſt iſt gewiß nicht recht, wenn der Magen mit neuen Speiſen beſchwert wird, ehe die von der vorigen Mahlzeit kaum aus dem Magen in andere Wege gehen.

Ich kann daher nie zu oft wiederholen, daß, wenn die natürliche Wärme abzunehmen anfängt, nothwendig, wenn man geſund leben will, der Ueberfluß der Speiſen und Getränke eingeſchränkt werden müſſe, weil die Natur, zur Erhaltung des Menſchenlebens, und beſonders bei Alten, gar wenig bedarf.

Dieß ohngeachtet wird man gewahr, wie alte Leute, ſtatt auf dieſe Art ihr Leben einzurichten, immer nach ihrer alten Gewohnheit fortleben. Hätten ſie bei Zeiten ſich etwas entzogen, ſo würden ſie wenigſtens die Jahre erreicht haben, in denen ich jetzt bin, und, da ſie von guter Leibesbeſchaffenheit ſchon gebohren waren, gewiß eben ein ſo langes Leben genießen, als ich. Ich ſage, zum wenigſten! — denn ſie würden auch wohl hundert und zwanzig Jahr erreichen können, wie ſo manche Andere, die mäßig lebten, und die wir entweder ſelbſt noch kennen oder aus Geſchichten von ihnen hören. — Ich ſetze aber immer voraus, daß ſie von eben einer ſo guten Natur, wie jene waren, ſeyn müſſen.

Denn,

Denn, hätte ich eine ſo ſtarke Naturanlage gehabt, ſo zweifele ich gar nicht, daß ich ein ſolches Alter erreichen würde; da ich aber von Natur ſchwächlich gebohren bin, ſo habe ich keine Hoffnung, viel länger als meine hundert Jahr zu leben. Eben ſo aber können alle die, die nicht ſtärker von Natur ſind, als ich, doch durch ein eben ſo mäßiges Leben, als das meinige, einerlei Lebenslauf mit mir vollenden.

Es iſt uns wohl nichts Angenehmeres, als die Ueberzeugung, lange leben zu können, indeſſen alle übrigen Menſchen, die die Vorſchriften der Mäßigkeit verachten, auch nicht die Verſicherung haben, daß ſie Morgen überleben werden. Die Befugniß ein langes Leben zu erwarten, beruhet aber auf ganz natürlichen und unfehlbaren Schlüſſen. Es iſt unmöglich, daß Jemand, der nüchtern und mäßig lebt, krank werde, oder eines natürlichen Todes ſterbe, ehe die rechte Zeit der Natur eintritt. Ich ſage, er kann vor dieſer Zeit nicht ſterben, weil ein nüchternes Leben den Ueberfluß der Säfte und alle Urſachen der Krankheiten überhaupt verhindert. Ohne irgend einen Anlaß kann keine Krankheit entſtehen. Ohne bösartige Urſachen kann keine ſchadende Wirkung, kein gewaltſamer Tod erfolgen. — Es iſt daher gar keinem Zweifel unterworfen, daß ein wohlgeordnetes Leben des Todes Stunde verſchieben könne, da

da es die Kraft hat, die Säfte in gehörigem Maaße zu erhalten, ſo wie dieſe hingegen durch Schlemmerei und Trunkenheit verdorben, aus ihrer Miſchung geſetzt, umgewandelt, und in einem ſolchen Zuſtand gebracht werden, daß Flußkrankheiten, Fieber, und andere tödliche Uebel daraus entſtehen.

Man muß ſich aber nicht einbilden, daß die Mäßigkeit, ob ſie gleich uns vor tauſenderlei Elend behütet, und das wieder gut macht, was Ausſchweifungen verdorben haben, — die Kraft habe, uns gar hier unſterblich zu machen. Es iſt unmöglich, daß die Zeit, die Alles zerſtört, nicht auch menſchliche Körper, wenn ſie auch die ſtärkſten ſind, auflöſen und zerſtören ſollte. Was einen Anfang gehabt, muß auch nothwendig ein Ende haben; aber der Menſch ſoll ſein Leben durch einen natürlichen Tod endigen, das heißt, ohne allen Schmerz! — ſo wie man mich wird ſterben ſehen, wenn mein Lebenslicht aufgezehrt iſt.

Ich finde meine Lebenskraft noch ſo vollſtändig, daß ich gewiß glaube, mein Ende ſtehe noch etwas fern von mir; und daß ich hierin nicht irre, ſchließe ich daraus, weil ich froh und geſund bin, weil mir Alles, was ich genieße, wohlſchmeckt, weil ich ruhigen Schlaf habe, und alle meine Sinne noch nicht

ſchwach werden. Mein Geiſt iſt immer heiter, mein Gedächtniß glücklich, mein Verſtand ſcharf, mein Herz kräftig, meine Stimme ſo klar, wie ſie nie geweſen iſt, ob ſie gleich zu denen Werkzeugen gehört, die ſonſt am erſten Mangel leiden; ſo daß ich alle Morgen meine Andacht durch Geſang feiern kann, wodurch meine Bruſt gar nicht leidet. Und dieß thue ich mit mehr Vergnügen, als ich es einſt in meiner Jugend that.

Alles dieß gibt mir untrügliche Beweiſe und Zeichen, daß ich noch lange leben und, ganz dieſer Hoffnung gemäß, mein Leben, wenn es Gott gefällt, beſchließen werde. Und, was glaubt man wohl, daß mir dieß für Wonne ſeyn muß, daß dieſe Glückſeligkeit, die man auf Erden ſich nur wünſchen mag, gerade jetzt mein Theil iſt, da mein Alter mich von den Feſſeln toller Leidenſchaften losgemacht hat? — Ein vernünftiges ordentliches Alter hält die Leidenſchaften im Zaume, es rottet ſie mit der Wurzel aus, und verhindert ihre ſchädlichen Folgen. Es macht unſere Sinnesart zu einer ganz andern, als man in der Jugend hat, wo man über dergleichen hinweg ſieht.

Da ich nun nicht mehr von der Sinnlichkeit beherrſcht bin, ſo werde ich auch nie traurig, wenn ich mir vorſtelle, daß einſt meine Seele den Leib ver-

verlaſſen werde. Kein Unmuth macht mich mürriſch, keine Begierde quält mich, und ich werde nicht mißvergnügt, über irgend etwas, das ich entbehren muß. Der Tod meiner Anverwandten und Freunde verſetzt mich in keine andere Traurigkeit, als die, die eine Empfindung der Natur iſt, die man nicht zurückhalten kann, die aber doch bald vorübergeht.

Noch weniger werde ich durch irgend einen Verluſt zeitlicher Habe gekränkt; worüber ſich Mancher gewundert hat. — Dieſe Glückſeligkeit iſt aber nur deren Theil, die durch Mäßigkeit alt werden; dagegen iſt ſie denen völlig unbekannt, die ſtarke Leibesbeſchaffenheit haben, und bis in ein hohes Alter fortfahren unmäßig zu ſeyn. Jene haben ſchon in dieſer Welt ein Vorgefühl des Himmels, da dieſe hingegen keine Freude koſten können, ohne ſie doppelt, mit manchen Leiden, zu bezahlen. — Wer ſollte ſich nicht ſelig preiſen, der in meinem Alter auch nicht das geringſte Ungemach duldete? — Eine Glückſeligkeit, deren ſelbſt in ihrer vollen Blüthe die Jugend ſich nicht rühmen kann. Viele ſind ihrer, die an tauſenderlei Ungemach leiden, wovon ich theils ganz und gar frei bin, und dagegen ſo viel tauſend Freuden habe, die ſämmtlich ſtill und rein ſind.

Die vorzüglichſte meiner Freuden iſt die, daß ich meinem Vaterlande Dienſte leiſte. — Welche Wonne iſt das für meine ſchuldloſe Ehrbegierde! — wenn ich mir vorſtelle, wie ich meinen Mitbürgern gute Anſchläge gegeben habe, ihre Stadt und den Hafen zu befeſtigen, ſo, daß dieſe Werke noch manches Jahrhundert dauern werden. Mein Rath hat die Erweiterung dieſer freien Republik Venedig mit bewirkt, und iſt, ſo zu ſagen, Urſache, daß die Stadt berühmt, reich und ohne gleichen werden, — ja, daß ſie ſich den erhabenen Namen, Königin des Meeres, erwerben und erhalten wird.

Ferner habe ich das Vergnügen, meinen Mitbürgern Anweiſung gegeben zu haben, mit den nöthigen Lebensmitteln immer reichlich verſehen zu ſeyn, wüſte Ländereien urbar zu machen, Moräſte und Seeen abzuleiten und dürre Aecker zu wäſſern, — welches alles doch nicht in kurzer Zeit geſchehen konnte. — Um es mit wenigen Worten zu ſagen; — ich habe die Macht, den Reichthum und die Schönheit meiner Vaterſtadt höher gebracht als ſie ehemals waren, und habe die Luft daſelbſt durch angeordnete Reinigungen verbeſſert. Alles dieſes hat meinen Namen berühmt gemacht; und warum ſollte ich eine verdiente Ehre nicht annehmen?

Das

Das wankelmüthige Glück entriß mir in meiner Jugend große Güter; aber ich lernte durch Fleiß dieſen Verluſt erſetzen, ſo, daß ich ohne Eines Menſchen Nachtheil, bloß durch mein gegebenes Wort, meine Einkünfte immer verdoppelt habe, und meinen Erben einſt eben ſo viele Güter hinterlaſſen kann, als ich je in meiner Jugend ſelbſt beſaß.

Eine Freude aber rührt mich vor allen andern, nämlich die: daß das, was ich über die Mäßigkeit ſchrieb, vielen Menſchen nützlich zu werden ſcheint, die auch öffentlich mir ihren Dank dafür bezeigt haben. Viele in entfernten Ländern haben an mich geſchrieben, daß ſie, nächſt Gott, mir die Erhaltung ihres Lebens zu danken hätten.

Noch Eins macht mir viel Vergnügen, und ich würde mich ſehr betrüben, wenn ich es miſſen ſollte, nämlich, daß ich mit eigener Hand alles Erforderliche, es betreffe meine Gebäude oder meine Hauswirthſchaft, aufzeichnen kann.

Ferner habe ich das Vergnügen, durch den öftern Umgang mit gelehrten Männern täglich noch etwas Neues zu lernen. Es iſt wundernswürdig, daß ich in einem ſo hohen Alter mit großer Fertigkeit noch etwas lernen, und die wichtigſten und ſchwierigſten Wiſſenſchaften begreifen kann.

Nichts aber gibt mir mehr Anlaß, mich für einen der glückſeligſten Menſchen zu halten, als, daß ich gewiſſermaßen ein doppeltes Leben genieße. Das eine iſt irdiſch, in Hinſicht meines zeitlichen und leiblichen Glückes, — das andere iſt göttlich und himmliſch, in Anſehung meiner Geiſtesfreuden, die gewiß ſehr ſüß und reizend ſind, wenn ſie aus Gründen der Vernunft fließen, und aus der innern Ueberzeugung von der Gewißheit jenes unendlichen Wohls, das uns die Gnade Gottes durch Chriſtum bereitet hat.

Auf dieſe Art habe ich denn den vollkommenſten Genuß dieſes Erdenlebens, und danke dieß allein der Mäßigkeit, die der Gottheit angenehm iſt, weil ſie tugendhaft macht, und die Laſter vertilgt (Anmerk. 16.) Ich habe nun ſchon gleichſam Theil an den Leben der Ewigkeit, indem ich mir die Glückſeligkeit deſſelben ſo oft vorſtelle, daß andere Dinge meinen Geiſt kaum noch beſchäftigen können. Mir iſt der Tod ein nothwendiger Durchgang zum Himmel, und ich freue mich ſo ſehr über jene herrliche Erhöhung, meine Seele erwartet ſie ſo ſehnlich, daß ich mich kaum noch herablaſſen kann, auf die mancherlei Gewerbe und Genüſſe der Menſchen einen Blick zu werfen.

Mangel an Vergnügungen kann mir auch nicht den mindeſten Unmuth machen, vielmehr kann ich

mich

mich über ihren Verluſt erfreuen, indem hiemit das unendliche ſelige Leben beginnen muß. Wer mögte daher wohl trauriges Herzens ſeyn, wenn er an meiner Stelle wäre? — und doch iſt kein Menſch, der nicht hoffen könnte, eben ſo glücklich zu ſeyn, wenn er nur leben wollte, wie ich. Ich bin kein Engel, kein Heiliger, ich bin nur ein Menſch und ein Diener Gottes, dem ein ordentliches Leben ſo wohlgefällt, daß er denen, die es lieben, es ſchon hier in dieſer Welt belohnt.

Wenn diejenigen, die ſich in Klöſter begeben, um in Bußübungen, Gebeten und Nachdenken ein geiſtliches Leben zu führen, mit jeder andern Tugend auch dieſe Vorſicht verbänden, daß ſie ſich einen Theil ihrer Speiſen entzögen, ſo würden ihre Verdienſte größer, und ſie ſelbſt ehrwürdiger werden. Bei ihrer übrigen ſtrengen Lebensart und Zucht würde man nun ſie als Heilige betrachten, und ſie ehren wie alte Patriarchen und Einſiedler, die immer nüchtern und mäßig lebten, und daher ein hohes Alter erreichten. Sie würden vielleicht in ihrem hundurt und zwanzigſten Jahre manche Gnade erlangen, wunderbare *) Dinge zu thun, die ſie jetzt aus Mangel ſol-

*) Man lache nicht, wenn ein Mann von 95 Jahren, bei ſo groſser Geiſteskraft, wie er beſonders in dieſer Abhandlung zeigt, Vermuthungen über mög-

ſolcher Vollkommenheit, die ſich erſt im hohen Alter zeiget, nicht thun können. Nebſt dieſem Vorzuge, dieſem untrüglichen Merkmale des erleuchteten Geiſtes, würden ſie immer einer guten Geſundheit genießen; — aber man findet dieß eben ſo ſelten bei den religiöſeſten unter ſolchen Alten, als bei den mehrſten Klugen der Welt.

Viele unter den frommen Mönchen glauben, daß Gott ihnen in ihren alten Tagen Kränklichkeit zuſchicke, um ſie für die Sünden ihrer Jugend zu züchtigen. Mir aber ſcheint dieß ſehr irrig gedacht. Ich kann nicht glauben, daß Gott, der den Menſchen liebt, einen Gefallen an den Leiden des Menſchen habe. Unſere Schmerzen und Krankheiten ſind Wirkungen der Sünde und des Teufels. Sie ſind nicht von Gott, der unſer Schöpfer und Vater iſt. Sein Wille hat keinen andern Zweck, als des Menſchen zeitliches und ewiges Wohl; ſeine Gebote verlangen nichts anderes. Die Mäßigkeit ſelbſt würde keine Tugend mehr ſeyn, wenn ihr erfreulicher Nutzen, — Verhinderung der Krankheiten, — dem Willen Gottes und den Abſichten, die er mit uns im hohen Alten vorhaben möchte, zuwider wäre. — Wenn übrigens alle

wah=

mögliche Menſchenkraft äußertt, die uns vielleicht nur darum unmöglich ſcheint, weil wir zu kurz leben, und keine Erfahrungen darüber machen können.

wahre Fromme und Geiſtliche der Mäßigkeit dienten, ſo würden lauter Heilige die Chriſtenheit ausmachen, wie in den erſten Zeiten der Kirche, und ihre Zahl würde um ſo größer ſeyn, weil die Zahl der Chriſten ſelbſt jetzt größer iſt, als damals. Wie ſehr würden nicht ehrwürdige Geiſtliche, theils durch ihre Lehren, theils durch ihr Beiſpiel, Andere erbauen! wie viel Gnade würde ihr Gebet auf Sünder bringen! wie mancherlei Heil würde die Erde überſchwenglich beglücken!

Dieſe guten Mönche haben nicht zu beſorgen, daß ſie ihre Ordensregel verletzen, wenn ſie nach meinem Rathe leben. Es gibt keinen Orden, der es nicht erlaubte, Brod, Wein und Eier zu genießen; ja manche Ordensleute dürfen auch Fleiſch eſſen. Ferner wird auch Zugemüſe, Sallat, Obſt, und verſchiedenes Gebackenes aufgetiſcht, das manchen Magen verdirbt. — Weil ihnen dieſe Speiſen nun gerade gereicht werden, ſo könnten ſie vielleicht befürchten, wider ihre Regel zu handeln, wenn ſie ſich erlaubten, ſie nicht zu eſſen; aber gewiß, ſie würden beſſer thun, wenn ſie nach ihrem dreißigſten Jahre dergleichen Speiſen vermieden, und ſich mit Brod, Wein, Suppe und Eiern begnügten, als der beſten Speiſe für ſchwächliche Leute, die zugleich ihnen doch auch angenehmer ſeyn würde, als die Speiſen der Altväter in ihren Wüſten, die Nichts, als Waſſer, tranken,

ken, wildes Obſt, rohe Kräuter und Wurzeln aßen und dennoch lange, und frei von aller Krankheit, lebten. Unſere einſiedleriſchen Mönche würder auf dieſe Art den Weg zum Himmel weit leichter vollenden, als jene Büßer den Weg ins gelobte Land, und ſie würden durch ihr mäßiges Leben zugleich eine ſehr verdienſtliche Buße verrichten.

Ich endige hier, mit dem Zurufe! daß ein ſolches hohes Alter, wovon ich bisher geſchrieben habe, allen Menſchen ſo heiſam, unausſprechlich unbegreiflich heilſam ſey. Da ich nun dieß Alles aus meiner eigenen Erfahrung weiß, ſo würde ich gegen die chriſtliche Liebe gehandelt haben, wenn ich die Mühe geſcheuet hätte, dem Menſchengeſchlechte zum Beſten, meinen Rath zu ertheilen, wie man ſein Leben verlängern könne. Ich habe keinen andern Zweck bei der Bekanntmachung dieſes Rathes, als die Menſchen zur Uebung einer Tugend anzuſpornen, die ſie, wie mich, zu einem eben ſo beglückten Alter führen wird. — Ich wünſche ihnen dieß lange Leben, damit ſie Gott dienen, und die Herrlichkeit empfangen mögen, die er ſeinen Erwählten, in der Ewigkeit vorbehalten hat.

Anmerkung 1. (§. 2.)

Entſchuldigung Cornaro's.

Denjenigen, die der Religionslehre Luthers anhangen, und dieſe als die einzig wahre Form, als das letzte Weitergehtsnicht des Chriſtenthums, annehmen, möchte es wahrſcheinlich wohl auffallen, daß ein Mann, deſſen vernünftiges Betragen ihnen hier als ein heilſames Beiſpiel aufgeſtellet wird, das Leben nach der Lehre der Lutheraner unter die böſen und ſchädlichen Gewohnheiten ſeines Zeitalters rechnet. Sie könnten ſich vielleicht übereilen, und muthmaßen, daß ein ſolcher Verächter des Lutherthums, der daſſelbe ſogar mit dem Namen eines lebensverderblichen Laſters belegt ,beiweiten kein Zutrauen, vielmehr gegründetes Mißtrauen in ſeine Vernunft verdiene. Wenn aber dieſe eifrigen Verfechter ihrer Religionsparthei verlangen, daß man ihnen dieſes Verfechten verſtatte, ſo iſt es zuvörderſt ihre unerläßliche Pflicht, den Anhängern jeder andern Religionsparthei eben daſ-

daſſelbe Recht zuzugeſtehen, und eben ſo wenig die ganze Vernunft ihrer Gegner in dieſer Sache in Zweifel zu ziehen, oder ſie ihnen gar abzuſprechen, — ſo wenig ſie es für Recht halten, wenn man mit ihnen auf dieſe Art verfahren wollte. Jeder, der ſo handelt, begeht eine thörigte und höchſt tadelswürdige Uebereilung, und keine Art, Schlußfolgen zu ziehen, iſt lächerlicher, als die, wenn man von einem Theile auf das Ganze ſchließt, wenn man urtheilt, daß ein Menſch, weil wir ihn in Einer Sache des Irrthums beſchuldigen, in allen übrigen Dingen irren müſſe. — Die Anhänglichkeit an eine Religionsſekte iſt ohnedieß bekanntlich bei dem bei weiten größten Theile der Menſchen eine bloße Gewohnheit, eine Zuneigung, die aus Vaterlandsliebe und Blutsfreundſchaft zuſammengewebt iſt, und von Ehrfurcht gegen das Alte, von Widerwillen gegen neue Umwälzungen feſtſitzender Begriffe unterſtützt wird. Nur bei denen, die als gelehrte Theologen irgend einer Parthei anhängen, und, als ſolche, die Lehren dieſer ihrer Parthei verfechten, kommt die Vernunft mit ins Spiel, und nur bei dieſen kann man aus der Vernünftigkeit ihrer Behauptungen ohngefähr urtheilen, wie es mit ihrer Vernunft überhaupt beſchaffen ſey. Ein theologiſcher Laie hingegen, deſſen Beruf es zwar iſt, ein guter Menſch zu ſeyn, nicht aber, über Theologie zu ſtreiten, kann immerhin

ei=

einer Religionsparthei anhangen, die von den gelehrteſten und vernünftigſten Theologen als unrein und irrend erklärt wird, er kann immerhin der von dieſen gültigen Schiedsrichtern für beſſer erklärten Religionsart ſeine Beiſtimmung verſagen, und ſeine Verwerfung erklären, und dennoch ein in allen übrigen Dingen ſehr vernünftiger und glaubwürdiger Mann ſeyn. Die Anhänglichkeit an die Religionsart, worin er erzogen wurde, iſt dem Laien ſehr natürlich, und wenn auch jene Religion mangelhaft wäre, ſehr verzeihlich; weil er weder Zeit noch Gelegenheit, noch andern Beruf hat, ſich in hieher gehörige Unterſuchungen einzulaſſen. So wie der Handwerker, der gewöhnliche Bürger, ſich nicht mit Entwickelungen über die innere Güte und Zweckmäßigkeit der Geſetze befaſſen kann, ſondern dieſes Geſchäft dem Rechtslehrer und Geſetzgeber überläßt, ſo vertrauet auch ſelbſt der vernünftigſte Mann, als Laie in der Theologie, den Religionslehrern und ihren Ausſprüchen ſo lange, bis es eigner Beruf für ſeine Vernunft wird, ſelbſt den Gang des Erforſchers zu wagen, und bei eigener Fackel zu ſehen, was da iſt, und nicht iſt. Selbſt Männer, die in mehr als Einem Fache des menſchlichen Wiſſens nicht nur groß, ſondern Rieſen und Coloſſen waren, im Fache der Theologie aber Laien blieben, und, von der Laſt ihrer übrigen wiſſenſchaftlichen

Ar-

Arbeiten feſt gehalten, nie den Weg eigener Erforſchung in der Theologie gehen konnten, ſelbſt ſolche Männer haben zuweilen Religionsmeinungen geäußert, die, wenn man ſie mit dem hellen Lichte ihrer andern Erkenntniſſe vergleicht, wie trübe traurige Wolken an einem klaren Himmel erſcheinen, und bei demjenigen, der an der Hand der unbeſtochenen Vernunft ſelbſt in dem Gebiete der Religionslehre geforſcht hat, Lächeln oder leiſes Bedauern erregen.

Man verarge es daher dem guten Cornaro nicht, daß er, als ein päpſtiſcher Laie, dem Lutherthume ſeinen Tadel entgegenwirft, und ihm Schuld gibt, daß es die Frömmigkeit der Herzen vermindert habe. Es ging ihm, wie es allen theologiſchen Laien zu gehen pflegt, wenn ſie gegen andere Relionspartheien zu Felde ziehen, — er wußte nicht was er that, und ſeine Galle ergoß ſich nicht gegen die Lehre der Lutheraner ſelbſt, ſondern im Grunde nur gegen ſeine Vorſtellung, die er ſich davon machte. Daher konnte er auch die etwas poſſierliche Hoffnung äußern, mit den beiden Uebeln, der Hofgleißnerei und der Schwelgerei, auch das dritte, das Lutherthum, noch vor ſeinem Tode untergehen zu ſehen, und hätte wohl nicht gedacht, daß das Vertrauen, welches er auf den gelehrten Mann ſetzte, der durch ſeine Widerlegung die Lehre der Lutheraner ſtürzen würde, ohne Erfolg bleiben würde. Die Vorſtellung, die Cornaro, der Laie, vom Lu-

thu-

thume hatte, konnte natürlich nur ſehr oberfläch- lich und falſch ſeyn. Von Jugend auf der päp- ſtiſchen Parthei angehörig, ein Italiener, zu einer Zeit lebend, wo das Satanskind, der Bru- der Lotter, wie ihn der unfehlbare Pabſt Leo X. nennt, alle Anbeter des Pabſtes, das heißt, faſt ganz Europa, gegen ſich aufgeſtürmt hatte, wo die Widerſacher alles Mögliche, Liſt, Lüge, Verdre- hung, Aberglauben, Geſchrei, Gewalt anwendeten und aufboten, das Anſehen des Pabſtes zu erhal- ten, — da konnte Cornaro, der noch dazu in ſei- ner Jugend ſich wenig um Religion und Theologie bekümmert hatte, wohl nur einige ſehr falſche Begrif- fe von der Lehre der Lutheraner und von der Ab- ſicht Luthers haben.

Aber es leuchtet auch ein, daß unſer Cornaro hier überhaupt nicht die theologiſche Lehre der Lu- theraner meine, die damals gewiß nicht ſo viele An- hänger in Italien hatte, daß ein päpſtiſcher Laie darüber hätte Beſorgniſſe haben können, — denn Cornaro ſchrieb dieß wahrſcheinlich in demſelben Jahre, da Luther ſtarb, — ſondern, daß er viel- mehr auf gewiſſe Gebräuche, die ſich der mönchi- ſchen Lehrſtrenge zuwider, nach und nach, und ohne Luthers Ermahnung, eingeſchlichen hatten, ziele: da er ſelbſt ſagt, daß man ſie mit der Gewohnheit entſchuldigen wolle. Nach Luthers Lehre Religion

zu treiben, war damals gewiß noch keine Gewohnheit geworden; wohl aber konnte es, auch ohne Luthern, ſchon ziemlich gewöhnlich ſeyn, das Faſten und Kaſteien der Mönche, den Mönchen allein zu überlaſſen, oder vielmehr den Dummen unter ihnen, und ſich mehr in Unterlaſſung dieſer Dinge und in Nachgiebigkeit gegen die Erdenfreuden nach dem Beiſpiele der Prälaten und Seiner Heiligkeit ſelbſt zu richten. Es war in der Natur der Widerſacher des Lutherthums, daß ſie dieſem alles das zur Laſt legten, was andächtigen Papiſten anſtößig ſchien, und Laien, die die Lehre der Lutheraner nicht kannten, waren um deſto leichter zum Tadel derſelben zu bewegen, beſonders wenn ſie ehrliche Leute waren, wie unſer Cornaro, der hier durch ſeine Windfechterei doch zu erkennen gibt, daß er ein ehrlicher Anhänger der päpſtiſchen Religionspolizei war, als vielleicht Seine Heiligkeit ſelbſt.

Anmerk. 2. (§. 3.)

Ueber unbekannte Krankheiten und frühes Alter.

Es iſt unter den Aerzten eine ſehr bekannte Sache, daß, ſo wie die Bedürfniſſe und deren Befriedigung ſich unter dem Menſchengeſchlechte vergrößert und nothwendiger gemacht haben, auch die Zahl ſeiner Krankheiten, der ſtrafende Rächer ſeiner Unvernunft

nunft und Abweichung vom Wege der Natur, gewachſen iſt. Das ſo ſehr veränderliche Menſchengeſchlecht, — und ſo lange Unvernunft auf Irrwegen von Wahrheit und Natur uns umherjagt, müſſen wir wohl veränderlich ſeyn! — hat immer neue Strafen zu dulden, weil es immer neue Thorheiten begeht. Die Geſchichte dieſer Strafen ſagt uns, daß ehemals weniger Krankheiten herrſchten, als jetzt, daß ehemals andere Uebel die Menſchen anfielen, als jetzt, daß jene alten Plagen von neuen unbekannten verdrängt wurden, und jetzt nur ſelten geſehen werden. Nur ſelten, ſage ich; denn noch kann man keine Krankheit nennen, die nur ehemals gewüthet habe, jetzt aber gar nicht mehr zum Vorſchein komme. Eben ſo kann man nicht behaupten, daß Krankheiten, die unſer Zeitalter, ſo zu ſagen, mit bezeichnen helfen, ehemals gar nicht dageweſen wären. Die ungeſchickte vorurtheilsvolle Beobachtungsart ehemaliger Aerzte iſt Schuld daran, daß wir hierüber in Ungewißheit ſind; aber es läßt ſich mit Wahrſcheinlichkeit vermuthen, daß die mehrſten dieſer unſerer Krankheiten ehemals auch da waren, nur nicht ſo häufig, nicht ſo, daß man ſie Krankheiten des Zeitalters hätte nennen können. Die Nichtärzte, die nicht nöthig haben, ſich ſo genau um das körperliche Elend des Menſchengeſchlechts zu bekümmern, und deren etwanige Kenntniß davon immer noch aus dem vorigen Jahrhundert iſt, —

weil es ohngefähr immer ſo lange dauert, eh eine Kenntniß von Menſchenelend zu denen Menſchen hindringt, die keinen Beruf zu haben glauben, dem Elende abzuhelfen, und denen vielmehr jede Kenntniß davon abſcheulich und ruheſtörend vorkommt, — dieſe Laien geben alsdann, wenn ſie von der Allgemeinheit einer Krankheit, deren Namen ſie unter den ihnen bekannten noch nicht gehört haben, aufgeſchreckt werden, dieſer die fürchterliche Benennung einer neuen unbekannten Seuche. Ganz Unrecht haben ſie nicht; denn, wenn auch ſelbſt das Uebel nicht neu iſt, ſo iſt es doch ſeine Allgemeinheit. — Dieſe, ehemals nicht ſo bemerkte, Allgemeinheit gewiſſer Krankheiten, — von denen bloß die wirklich anſteckenden, Maſern, Pocken, Krätze und ihre Verwandte, nebſt jener Rächerin des entheiligten Geſchlechtstriebes, auszunehmen ſind, — hat allerdings ihren Grund, nicht in der Luft oder dergleichen unvermeidlichen Dingen, ſondern bloß in unſerer Lebensart in Eſſen und Trinken. Unſere jetzige Lebensart unterſcheidet ſich von der Lebensart voriger Zeiten beſonders dadurch, daß ſie überhaupt weichlicher, und für den ganzen Körper ſowohl, als beſonders für die Verdauungswerkzeuge, ſchwächender iſt; daher ſind auch jene Krankheiten, die ſchon eine gewiſſe Stärke der Natur erfordern, wenn ſie in dem Körper entſtehen ſollen, z. B. die wahren hitzigen Entzündungskrankheiten, von denen ehemalige

lige Aerzte in ihren Schriften ſo oft ſprechen, jetzt ſo ſelten geworden. Unſere hitzigen Fieber dauern weit länger, und ſind mehrentheils mit Zeichen von verdorbenen Verdauungswerkzeugen verbunden. Der rechte Ausdruck, den ehmalige Aerzte von Fieberkrankheiten gebrauchen konnten, iſt der, wenn ſie ſagen: die Natur iſt angegriffen und kämpft! — Jetzt kann man dieß ſelten ſagen, ſondern gewöhnlich: die Natur iſt geſchwächt, und leidet! — Laien, die von der nothwendig gewordenen Veränderung in den Heilmitteln hören, z. B., daß man jetzt weit ſeltener zum Aderlaß ſchreitet, als ehmals, daß man jetzt mit Brechmitteln weit freigebiger iſt, als zur Zeit ihrer Jugend, rechnen dieß zur Mode, weil ſie ſich nicht vorſtellen können, daß man im Stande ſey, in der Arzneikunſt nach Gründen der Vernunft zu verfahren. Aber der gute Arzt kennt in ſeiner Kunſt keine Mode, wohl aber in dem Verderben und Elende des, ſeiner Hülfe leider täglich bedürftigen Haufens.

Die Schwelgerei und jede Art von zügelloſer Wolluſt muß zur Zeit unſers Cornaro allerdings ſehr groß in Italien geweſen ſeyn, und faſt, möchte man ſagen, größer, als jetzt bei uns; bei uns, ſage ich, da wir jetzt den Italiener übertreffen. Damals kam aus ſeinem mäßigeren Vaterlande, mit ſeiner Einfalt, der deutſche Mann, Luther, nach Italien

 und

und Rom, und entſetzte ſich über die Greuel der Sittenloſigkeit und Schwelgwuth, die ganz Italien, und beſonders die römiſche Geiſtlichkeit, angeſteckt hatte, — und unſer Cornaro ſagt uns hier, als von einer gewöhnlichen Sache, von Leuten, die noch vor dem vierzigſten Jahre altern. Dieſe Klage fand vor beinahe drei Jahrhunderten Statt, wo denn doch noch ſo manches Gift des Lebens nicht bekannt war; wie vielmehr muß ſie jetzt Statt finden, da wir ſeitdem mit einer nahmhaften Zahl neuer Bedürfniſſe und neuer Befriedigungen der Begierden, neuer Verderber des Lebens, bekannt geworden ſind, und da die Zerſtörung durch Schwelgerei nicht mehr bloß unter den höhern Ständen geblieben, ſondern bis in die Hütten des Tagelöhners und kümmerlichen Coloniſten eingedrungen iſt!

Ein jugendlicher Alter iſt, wahrlich, ein herzerquickender Anblick; aber wer, der irgend ein empfindliches Herz hat, kann ohne widrige Betrübniß einen alternden Jüngling ſchleichen ſehen? Ich glaube nicht, daß man fragen wird, wo dergleichen zu ſehen ſind. Leider auf allen Straßen! — Will man ſie aber recht eigentlich ſehen, ſo ſuche man ſie auf unſern Schulen, auf unſern Univerſitäten, und unter unſern Candidaten. Sind dieſe Menſchen mit ihren ſchlaffen Wangen, mit ihrer bleichen, grünlichen, ſchmutzigen Geſichtsfarbe, die

auf ewig alle freudige Röthe verlohren hat, mit ihren trüben, nichtsſagenden, oder unredlichen Augen, mit ihren verzerrten, unſcheinbaren Lippen, mit ihren zerbröckelten, ſchwarzen Zähnen, ſind dieſe Menſchen, die keine Meile ohne die größte Entkräftung gehen können, ſind das Jünglinge? — Doch — wahrhaftig, es iſt traurig, daß man es ſagen muß, aber leider zu wahr! — am hellen Tage, unter der öffentlichen Geſellſchaft, erſcheinen die abgelebten Jünglinge noch immer jugendlich und kräftig genug. Haarputzer, Schneider, und Alles, was die Mode hat, vereiniget ſich, eine Tünche über die Merkmale der Verweſung zu ſetzen. Will man über ihre wahre Geſtalt erſchrecken, ſo ſehe man ſie, wenn ſie aufgeſtanden und ungeſchmückt ſind. Ein geſunder kräftiger Jüngling, wenn er, neugeſtärkt, vom Schlafe aufſteht, wie das volle Leben in röthlichem Schimmer und mit der Miene des Wohlſeyns von ſeinem Angeſichte lächelt, auch wenn er ernſt iſt, iſt gerade dann am ſchönſten; aber jene traurigen Erſcheinungen ſind dann oft nicht zu kennen, und erwecken Ekel. Es iſt mir ſelbſt oft begegnet, daß ich, wenn ich dergleichen Aufgeopferte auf dem Krankenbette traf, mich anfänglich zu irren fürchtete, indem ich wirklich einen alten Mann — oder eine alte Frau — da bei dem weiblichen Geſchlechte dieſes frühe Altern wo nicht mehr, doch eben ſo ſehr, eingeriſſen iſt, — zu ſehen

hen glaubte. Das aber ſind Zwanziger! Man ſehe ſie, wenn ſie dreißig, wenn ſie vierzig Jahre gelebt haben, da, wo bei dem unverdorbenen Menſchen die Ausbildung des Körpers und des Geiſtes einer Blume gleich iſt, die ſich ſo eben ganz in aller ihrer Schönheit entfaltet hát, — ach, was ſind Jene dann? Nichts anderes, als was ſich von einem Menſchen vermuthen läßt, deſſen Kräfte des Körpers und Geiſtes im Abnehmen, deſſen Leben im Untergange begriffen iſt. Gegen und nach dem vierzigſten Jahre fühlt der unverdorbene geſunde Menſch erſt die Wohlthat und den Werth des Lebens recht; ſeine Thätigkeit iſt dann am ſtärkſten, die Bande, die ihn an die menſchliche Geſellſchaft knüpfen, ſind ihn dann erſt recht heilig und lieb, und der Genuß der reinſten edelſten Erdenfreuden, die aus eigner Nützlichkeit, aus kräftiger Mitwirkung zum Wohl der Welt entſpringen, tritt dann erſt ein; denn eigentlich geht um dieſe Zeit der Mittag des Lebens erſt an. Jene elenden Schatten hingegen haben, daß ich ſo ſage, gar keinen Mittag des Lebens. Morgen und Abend, ein trauriger finſterer Abend, iſt der Inhalt ihren ganzen Laufbahn. Da, wo die die jugendliche Fröhlichkeit ſich in die eigentliche Lebenswonne verwandelt, in den männlichen Jahren, ſind ſie wüſt, wie ein Trunkenbold nach dem Rauſche, das Leben iſt ihnen verdrieſslich und läſtig, weil Körper und Geiſt keine Empfänglich-

lichkeit für Freuden mehr haben, und durch widernatürliche Ausſchweifungen gelähmt ſind. Sie haben keinen Gefallen an Kindern und ſcheinen für dieſe ſüßeſte Wonne des zum Manne gewordenen Menſchen gar keinen Sinn zu haben, und völlig todt zu ſeyn. Eben ſo wenig ſind ſie der ehelichen Freundſchaft fähig, und wenn es, wie das Schickſal oft wunderlich iſt, ſo lange Unvernunft und Vorurtheile der Menſchenſchickſale Leiter ſind, — wenn es einem ſolchen Menſchen gelingt, ein Mädchen, das wohl eines geſunden jungen Mannes werth wäre, zum Weibe zu erhalten, ſo iſt wohl kein unglücklicheres Geſchöpf auf Erden, als ſolch ein Weib! unglücklich auf jeden Fall, ſie bleibe nun der Tugend getreu, oder ſtürze ſich, aus Verzweiflung und Mangel an wahrer Tugend, dem Laſter in die Arme. Was kann die Betrogene von einem ſolchen Manne erwarten? Liebe? Freundſchaft? theilnehmende Empfindungen? Rath, Beiſtand, Troſt, Erſatz für mütterliche Gefahren und Beſchwerden? — O, welche vergebliche Erwartungen! Nichts von allen dem kann aus einem Herzen hervorſprießen, deſſen Kräfte dahin ſind! — Was iſt denn Liebe? — Sie iſt die höchſte fortgeſetzte mit voller Lebenswonne verbundene Aufmerkſamkeit der Seele auf einen Gegenſtand. Es iſt der Natur gemäß, daß ein natürlich alter Menſch ſeinen Geiſt nicht mehr bis zu dieſer innern Thätigkeit erheben, daß er des Zu-

 ſtan-

ſtandes der Liebe nicht mehr empfänglich ſeyn kann, noch weniger ein unnatürlich alt gewordener, ein Jüngling der Zeit nach, ein Greis in ſeinen Kräften des Körpers und Geiſtes. Nicht die Liebe, nicht der Durſt nach weiblicher Freundſchaft, nicht das edele Verlangen, ſein Gutes und ſein Glück mitzutheilen, treibt ihn ja an, ſich mit dem Weibe zu verbinden; ein noch glimmender Funke thieriſcher Brunſt iſt ſeine Liebe, Geldſucht oder jede andere niedrige Leidenſchaft macht ſeine ganze lügende Freundſchaft aus. Gewiß, es iſt eine in der Natur der Sache gegründete feſte Wahrheit, die man jedem unverheiratheten Mädchen, das, wenn es nicht Armuth oder heller Verſtand beſchützen, einmal dahin gerathen kann, das Weib eines ſolchen Freudentödters zu werden, — zurufen ſollte: Kein Menſch, der durch Schwelgerei, ſie heiße, wie ſie wolle, die Blüthe ſeiner Jugend, die Kräfte ſeines Körpers und Geiſtes zerſtört und gelähmt hat, kein alternder Jüngling, iſt edeler Empfindungen fähig, kann weder ſich noch Andere glücklich machen und erfreuen! — Es iſt ein Unterſchied zwiſchen Alt und Alt, wie zwiſchen erfrorner Blüthe, und der, die von der Frucht verdrängt wird, wie zwiſchen abgefallenen Früchten, deren eine, unreif vom Wurme zerfreſſen, vom Sturme herabgeſchleudert iſt, die andere, von eigener Reife losgemacht

am ſtillen Herbſtabend dem Zweige entweicht. Ein alter Menſch, der auch der Zeit nach ein Greis iſt, hat einen Mittag des Lebens gehabt, eine Zeit der Erfahrung, eine Zeit, Begriffe auszubilden, den Vorrath von allerlei Kenntniß zu vermehren, beſonders die Kenntniß des Menſchen ſelbſt, er hat Gelegenheit gehabt, dem wunderbaren verwickelten Schauſpiele, welches die göttliche Vorſehung in der Welt zur Lehre der Unmündigen aufführt, lange zuzuſehen, und daraus zu lernen, er hat Gelegenheit gehabt, zu handeln, ſich zu irren, ſich herauszufinden, zu leiden, und ſich zu erquicken; — es läßt ſich mit höchſter Wahrſcheinlichkeit vermuthen, daß er nicht wie ein verrückter Mörder die Nerven ſeines jugendlichen Lebens zerriſſen habe, und daß er nicht gerade zu den ſo ſeltenen Ausgenommenen gehöre, die trotz aller Stürmerei auf ihr Jugendleben dennoch bis in ein nicht vermuthetes Alter ausdauern; es läßt ſich alſo von einem ſolchen Alten erwarten, daß er, wenn auch für Zärtlichkeit und Liebe das Feuer bei ihm ausgebrannt iſt, dennoch durch ſeinen Rath, durch ſeinen Troſt und Beiſtand das Leben des mit ihm Lebenden verſüßen, daß er, wenn auch das Herz nicht entzücken, die Sinne nicht trunken machen, doch die Vernunft leiten, erleuchten und ſtärken, und ſo durch die Vernunft, als den ſicherſten Weg, das Herz beſeligen kann. Würde ein junges — tugendhaftes! — Mädchen

an der Seite eines ſolchen alten Mannes nicht tauſend Mal heiterer leben, als in den heuchleriſchen kraftloſen Umarmungen eines Menſchen, der, trotz ſeinen wenigen Jahren, alle Schwächen des Alters und nicht ein einziges Gut deſſelben hat? — Ein Mann oder Weib von hohen Jahren fordert und verdient Ehrerbietung, ſo gebückt und demüthig ſie auch einherwandeln; ein junger Menſch hingegen mit den Verwüſtungen des Alters befleckt, bleibt ein geſchändeter Menſch, und verdient um deſto mehr Verachtung, je mehr er ſich anſtrengt, ſich empor zu werfen, ſich laut zu machen, und die Rolle eines Jünglings zu ſpielen, der er auf keine Weiſe gewachſen iſt. Für einen Alten iſt er zu dumm, ſein Geiſt zu roh, für einen Jüngling an Körper und Geiſt zu ſchwach, — ein unſeliges und überall verderbliches Weſen. — Doch ſein eigenes Unglück iſt ſein, — Verbindungen mit ihm laſſen ſich vermeiden, — ſelbſt für das arme junge Weib, die mit ihm verbunden iſt, gibt es noch Auswege, glücklich zu ſeyn, wenn ſie nur der Tugend, der Vernunft und dem Gutſeyn getreu iſt, — wenigſtens wird ſie doch nicht von ſeinem körperlichen und geiſtigen Verderben nothwendig angeſteckt; — aber, aber! die armen unſchuldigen Kinder!! — Himmel und Erde möchte man aufbieten zur Rache gegen einen Frevler, der menſchliche Weſen hervorbringt, die, oft von der erſten Stunde ihres Erdenlebens an bis zu der letzten

ten, Zweifler in den unſeligen Gedanken beſtärken können, als habe Gott die Menſchen zu Leiden erſchaffen, als ſey die Welt ein Jammerthal. — Ihr, die ihr keinen nahmhaften Beruf habt, euch um das menſchliche Elend zu bekümmern, ihr wißt das nicht! aber fraget den wahren Arzt, oder denjenigen, der, für die Erziehung der Menſchen herzlich eingenommen, die Menſchen und ihr Elend ſah und kennt! Fraget dieſe, ſie werden euch ein Bild der Menſchheit entwerfen, vor dem ihr erſchrecken werdet. O man ſehe die Kinder eines ſolchen früh veralteten Menſchen, die unglücklichen unſchuldigen Mitgenoſſen ſeiner Gebrechen! Kaum haben ſie das Licht erblickt, — als elende wimmernde Geſchöpfe, — ſo beginnen ſie auch ſchon zu leiden. Runzelich und alternd erwecken ſie ſchon in den erſten Tagen ihres Daſeyns Mitleiden, und zeugen von der todten Kraft, die ihnen das Leben, das kümmerliche Leben gab. Fortdauernde Kränklichkeit, Entſtellung des ſchlecht wachſenden Körpers durch Ausſchläge und dergleichen, iſt das Loos der armen Kleinen, und ihr ſtetes Winſeln und Geſchrei gibt deutlich genug zu erkennen, daß das Leben für ſie kein freudiges Geſchenk, keine Wohlthat, keine Glückſeligkeit, ſondern eine beſchwerliche traurige Laſt ſey, die ſie auch mehrentheils bald genug, zu ihrem Glücke, wieder abwerfen, indem ſie in einem andern Leben von dem allgemei-

meinen Weltvater Erſatz für die unverſchuldeten Jammerſtunden verlangen. — Gewiß! hätte nicht eben die jugendliche Zügelloſigkeit ſolche Menſchen für jedes edle und ſanfte Gefühl unempfindlich gemacht, ſo würde man nicht begreifen, wie ſie im Stande wären, ihr Werk, das Elend ihrer Kinder, ohne Verzweifelung, ohne Höllenpein anzuſehen. Jedoch nicht alle entrinnen dieſer Höllenpein, und es gibt der Beiſpiele ſolcher Menſchen genug, die von dem beſtändigen Zurufe ihres Gewiſſens, daß ſie es waren, die ſich und ihre Kinder mordeten! noch elender gemacht wurden, als ſie ſchon durch ihre körperlichen Leiden waren. — Wahrlich, das Loos ſolcher durch ihre Schwelgerei früh veraltender Menſchen gibt ein ſcheußliches Gemälde voll Elend, und die hier entworfenen Züge davon haben gewiß nichts Uebertriebenes, und ſind vielmehr nur ſanft und ſchwach, dennoch aber, wie mich deucht, abſchreckend genug.

Ich habe vorhin geſagt, daß man jene hinfälligen abgelebten Jünglinge vorzüglich auf unſern Schulen, auf unſern Univerſitäten, und unter unſern Kandidaten, das heißt, überhaupt unter unſern jungen Gelehrten, antreffe; man könnte fragen: warum gerade unter dieſen, und nicht eben ſo unter andern Ständen? — Ob es überhaupt wahr ſey, was ich behauptete, das möchte ich wohl

von

von den armen gebeugten Eltern beantworten laſ=ſen, — ihre Anzahl iſt vielleicht größer, als ich ſelbſt glaube! — arme Väter und Mütter, ver=ſunken in Gram über den ehmaligen Liebling unter ihren Kindern, von dem ihre eitle doch verzeihliche Selbſtliebe die vollkommenſte Befriedigung hoffte, in=dem ſie in dem höhern Stande der Wiſſenſchaften widmeten, wozu, obwohl ſeltener, die Fähigkeit die=ſes Lieblings, oder häufiger, das Eiferſucht erre=gende Beiſpiel Anderer ſie reizte, — und der nun, nach ſo vielen Koſten, ſo vielen Sorgen, ſo vielen oft bittern und demüthigen Bemühungen, Gunſt=bitten, — ja oft ſelbſt nach Verſchmerzung nicht ganz ungerechter Vorwürfe, die ſie ſich ſelbſt oder die ihnen ihre andern Kinder machen, daß auf ihre Unkoſten und bei Vernachläſſigung ihres Beſten, der Liebling gepflegt werde, — der nun mit einem Male die lange gehegte ſüße Hoffnung der armen Eltern zu Boden ſtürzt, wenn er, ſtatt eines edeln verſtändigen thätigen liebenswürdigen Jünglings, roh, unwiſſend und ſogar dumm, träge, ſiech, al=ternd, und mit verdorbener Moralität zurückkommt. Dieſe ſo große Menge auf dieſe Art unglücklich ge=wordener Eltern möchte ich für mich reden laſſen, oder ich möchte auf alle jene Gräber hinweiſen kön=nen, in die ein früher Tod ſolche Auserwählte der Familien, nachdem ſie ſtatt des Ruhmes und der Ehre ihren Eltern und Verwandten nur Laſt und

Gram

Gram gebracht haben, hinabſtürzte, indeſſen ihre Brüder, als thätige muntre Handwerker, froh, geſund und glücklich ſind. Man würde betäubt von der vereinigten Klageſtimme ſo vieler Eltern, und erſchreckt von dem Anblicke ſo vieler Gräber, nicht weiter fragen, ob die Größe jener Peſt unter unſern jungen Gelehrten wirklich ſo vorzüglich ſey.

Eine andere Frage iſt die: woher es komme, daß die größte Menge jener abgelebten Jünglinge gerade dort anzutreffen ſey, da doch zügelloſe Schwelgerei und Wolluſt unter jungen Handwerkern und Jünglingen anderer Stände gewiß eben ſo häufig und gewöhnlich herrſche. — Ich antworte:

Die Kräfte des Menſchen werden deſto geſchwinder geſchwächt, ſeine Geſundheit deſto gewiſſer zerſtört, je mehr ſchwächende und zerſtörende Urſachen zu gleicher Zeit auf ihn wirken. Ein Körper voll großer Lebenskraft und Thätigkeit iſt durch ſich ſelbſt noch die ſtärkſte Schutzwehr gegen die Zerſtörungen der Schwelgerei und Unmäßigkeit, — auf einen eiſernen Ambos kann der Hammer wohl einſtürmen: aber ein bleierner? was kann der abhalten? — Ein von Natur ſchwacher oder durch andere Urſachen geſchwächter Menſchenkörper muß den wüthenden Wirkungen der Unmäßigkeit natürlich bald unterliegen. Trägheit Faulheit, Vernachläſſigung der

Ue=

Uebung des Körpers iſt das gewiſſeſte Mittel, den Körper zu ſchwächen; und in welchem Stande wird die Uebung des Körpers mehr vernachläſſiget, als in dem Stande des Gelehrten? wo iſt mehr Anſtalt zu Trägheit und Faulheit, als eben da? Von den Knabenjahren an ziehlt bei der Erziehung zum Gelehrten Alles dahin, um die Kräfte des Körpers in unthätiger Ruhe umkommen zu laſſen. Man entzieht den Knaben aller angreifenden Handarbeit, indem man ſich und ihm einbildet, daß ſich dergleichen nicht für ihn ſchicke, und ſo macht man ihn ſchwach und träge, was er ohne dieß durch ſein vieles Stillſitzen ſchon werden muß. — Man verſtehe mich nicht unrecht, und glaube, als wollte ich der Beſchäftigung mit Wiſſenſchaften den Vorwurf machen, daß ſie der Geſundheit nachtheilig ſey, als wollte ich die Wiſſenſchaften ſelbſt, die Beſeliger des Menſchengeſchlechts, in den Verdacht bringen, daß ſie das Elend unter den Menſchen beförderten. Keinesweges! Es liegt nicht an den Wiſſenſchaften, ſondern an denen, die ſie treiben — ohne Beruf dazu zu haben. Der größte Theil der Menſchen, die zu den Wiſſenſchaften angehalten werden, haben keinen Beruf dazu. Sie wählen den ſogenannten gelehrten Stand, nicht um der Wiſſenſchaften willen, ſondern um eines Amtes willen, das man einmal zu den gelehrten Aemtern rechnet. Freilich erfordern alle dieſe Aemter ge=

gewiſſermaßen mehr die Beſchäftigung des Geiſtes, als des Körpers; wenn man aber die Summe von Kenntniſſen, die zur Verwaltung eines ſolchen Amtes, nach unſerer jetzigen bürgerlichen Verfaſſung, ſchon hinreichen, überſieht, ſo findet man ſie bei einigen Aemtern ſo äußerſt gering, daß ſie oft bloß in der Kunſt beſteht, eine leidliche Rechtſchreibung zu haben, — bei allen dieſen Aemtern aber überhaupt iſt die nothwendig erfoderliche Kenntniß bloß die, daß man wiſſe, nach vorgeſchriebenen Regeln zu reden — zu rathen, zu entſcheiden. Es iſt alſo bloß das Gedächtniß und der gemeine Menſchenverſtand, die hier zu wirken haben, und der Staat, der jene Aemter zu ertheilen hat, kann bei demjenigen Menſchen, der ein ſolches Amt verlangt, ohne Ungerechtigkeit Nichts weiter fragen, als, ob ein ſolcher Menſch geſunden Verſtand habe, und die Regeln wiſſe, die er bei Verwaltung dieſes Amtes wiſſen muß. Alle übrigen wiſſenſchaftlichen Kenntniſſe gehen bei Beſetzung ſeiner Aemter den Staat Nichts an. Ein Prediger braucht weiter Nichts zu wiſſen, als die Landesreligion, ein Rechtsdiener Nichts weiter, als die Landesgeſetze, ein Arzt Nichts weiter, als die gewiſſe Wirkung einiger Dinge auf die Erhaltung oder Wiederherſtellung der Geſundheit, — ſo kann der Staat ſie nicht von der Zuerkennung des erwählten Amtes ausſchließen, oder wenn er ſelbſt kein Amt dazu zu vergeben hat,

wie z. B. bei der Arzeneikunſt, ſo kan er wenigſtens nicht verbieten, daß ſich ein ſolcher Menſch ſein Amt ſelbſt mache. — Weiter hierüber zu reden und Folgerungen zu ziehen, iſt hier mein Zweck nicht; ich will bloß einen Fingerzeig geben die Quelle zu entdecken, woher das mancherlei körperliche Unglück, beſonders in Abſicht der Geſundheit, unter den ſogenannten Gelehrten komme. — Jene drei Stände, der Stand des Predigers, des Rechtsgelehrten, des Arztes, ſind diejenigen, die von jungen Menſchen, die kein Handwerk oder keine, eigene Geſchicklichkeiten erfordernde, Kunſt erlernen gewählt werden, und unter tauſend Fällen gewiß neunhundert neun und neunzig Mal bloß, um Brodt dadurch zu haben. Eben dieſe Abſicht beweiſet, daß nicht der Trieb zu der Wiſſenſchaft ſelbſt ſie dahin leitet, und die Wiſſenſchaft nicht ihr Zweck iſt. Sie wollen nicht Gelehrte ſeyn, und der geſunde Menſchenverſtand belehrt ſie bald, daß ſie zur Führung eines ſolchen Amtes und zu ſolcher Führung deſſelben, daß der Staat damit zufrieden ſeyn kann, keine eigentliche Gelehrſamkeit nöthig haben. Hätten ſie ſie nöthig,, und müßten ſie ſich von dieſer Nothwendigkeit überzeugen, ſo würden ſie ſich wohl hüten, eine Laufbahn, die ihrer Neigung ſo ganz zuwider wäre, zu betreten. Da ſie aber vom Gegentheile ſich leicht überzeugen, ſo ſtrömt fortdauernd eine ungeheure Menge junger Menſchen, die nicht

die geringſte Fähigkeit noch Neigung zu Gelehrſamkeit und eigentlicher Geiſtesbereicherung beſitzen, jenen drei Ständen zu. Es würde alſo vernünftig und wohlgethan ſeyn, wenn der Unterricht für dieſe Menſchen ſich auf das einſchränkte, was ſie lernen wollen, wenn man diejenigen, die keine Gelehrte, keine Männer von eigentlicher wahrer Wiſſenſchaft, die bloß praktiſche gewöhnliche Religionslehrer oder Sachwalter und Richter, oder Aerzte ſeyn wollen, und deren Fähigkeiten nicht bis zur eigentlichen Gelehrſamkeit, ſowohl in ihrem Fache, als überhaupt, — wenn man dieſe nicht unnützer Weiſe anhielte, einen großen und wichtigen Theil ihres Lebens, die eigentliche Lernzeit, die Zeit der geiſtigen und körperlichen Bildung, zu verderben, indem man glaubt, daß eigentliche Gelehrſamkeit von jenen beabſichtigten Kenntniſſen unzertrennlich ſey, da ſie doch gar wohl davon abgeſondert ſeyn kann. Der geſunde Verſtand ſieht dieß ein, und die Erfahrung bekräftiget es; denn jene ſogenannten Brodtgelehrten werden und ſind am Ende, nachdem ſie zu allen Dem, ohne das freilich kein Gelehrter werden kann, angehalten ſind, Nichts weniger als Gelehrte, und die Mühe, die ſie ſich haben geben müſſen, war nicht allein vergebens, ſondern ſogar ſchädlich. Nicht allein, daß ſie bei dem vielen Unnützen, was ſie unter Widerwillen und über ihre Faſſungskraft zu lernen angehalten wurden, die Zeit, die ſie für ihre

Brodtkunſt anwenden konnten, verlohren haben, und alſo auch ſelbſt in dieſer ihrer Kunſt mehrentheils ſchlechte Meiſter und Pfuſcher bleiben, ſo verdient der Nachtheil, den durch die aufgedrungene gelehrte Lebensart ihre körperliche Ausbildung und Geſundheit leidet, nicht geringe Betrachtung. Um ein eigentlicher wahrer Gelehrter, um in Wiſſenſchaften und höheren Künſten glücklich und bemerkenswürdig zu werden, muß man kein alltäglicher Menſch ſeyn. Man muß Genie dazu haben, pflegt man zu ſagen, ohne zu wiſſen, was dieß heiße. Es heißt aber Nichts anderes, als: die ganze beſondere Einrichtung des Menſchen (Organiſation), muß ſo beſchaffen, muß ſo vortrefflich ſeyn, daß das Gleichgewicht zwiſchen Geiſt und Körper nicht leicht geſtört werden kann: nicht geſtört, wenn der Geiſt ſtark und anhaltend beſchäftiget iſt, nicht geſtört, wenn der Körper angegriffen wird. Bei ſolchen wahren Genies kann man eigentlich nicht ſagen, wer von beiden, der Geiſt, oder der Körper, ſtärker ſey. Gewöhnlich bemerkt man zwar den Vorzug auf Seiten ihres Geiſtes eher, theils, weil ſie am mehrſten dadurch wirken, theils, weil man unter körperlicher Kraft gewöhnlich die Laſtträger- und Fechterſtärke denkt, ohne zu wiſſen, daß ſolche gewaltige Körper oft weit weniger, beſonders innere, Angriffe aushalten können, als ein dem Anſehen nach zärtlicher Körperbau. Wem es

um ein Beiſpiel zu thun iſt, der gedenke an Friedrich den Zweiten, der vielleicht einen wahrhaft ſtärkern Körperbau hatte, als alle ſeine Rieſen der Leibwache, ſo ſauber und zart dieſer ſein Bau auch zu ſeyn ſchien. Man bedenke, daß ſich ein Werk von Golde ſauberer und ſtärker machen läßt, als von Thon. — Die genaue Verbindung und Ineinanderwirkung des Körpers und der Seele und das Verhältniß von beider Geſundheit läßt ſchon vermuthen, daß derjenige, deſſen Geiſtesfähigkeiten ſtark und hervorſtechend, die Körperkräfte hingegen ſchwach und hinfällig ſind, zwar immer weit mehr Beruf zur wahren Gelehrſamkeit und höheren Kunſt habe, als der, bei dem es ſich umgekehrt verhält, daß aber dieſer Beruf doch immer nur ein halber Beruf ſey. Die Erfahrung beſtätiget auch dieſe Vermuthung. Solche hervorglänzenden Geiſter, — und ſie glänzen gewöhnlich mit mehr Schimmer und Blenden hervor, als ſelbſt das wahre Genie, — reiben ihren ſchwächlichen Körper bald auf, ziehen ſich frühen Tod zu, oder, da der Geiſt in einem in Unordnung gerathenen Körper nie völlig wohl ſeyn, folglich nie ganz hell und richtig denken kann, ſo machen ſie das Sprüchwort wahr, daß zu kluge Kinder bald dumm werden. — Das wahre Genie hingegen, der für die Wiſſenſchaften ganz eigentlich gebohrne Menſch, bewährt dieſen ſeinen Beruf, nicht ſowohl durch die Leichtigkeit, womit

er alles faßt und treibt, als vielmehr durch die glückliche Ausdauer aller ſeiner Kräfte. Es iſt zum Erſtaunen, wie ſolche Menſchen oft mit ihrem Geiſte arbeiten können, wie ſie eine ganze Reihe von Nachtwachen und allerlei Beſchwerlichkeiten zu ertragen vermögen, ohne Schwächung ihrer Geiſteskraft, ohne Nachtheil ihres Körpers. Dieß liegt ganz allein in der vortrefflichen Einrichtung ihres Körpers, die ſie über die Gewalt der Sterblichkeit erhebt. Selbſt andere Ausſchweifungen in der Lebensordnung haben bei ihnen die gewöhnlichen Erfolge nicht; ihre Natur zeigt ſich hier, und ſelbſt in Krankheiten, wenn ſie ja einmal davon ergriffen werden, immer als Heldin, immer außerordentlich. Unter ihnen, wahrlich, gibt es jene veraltenden Jünglinge nicht und ſie beweiſen deutlich genug, daß man jenes frühe Verwelken des Körpers der Beſchäftigung mit Wiſſenſchaften nicht Schuld geben dürfe. Ihnen machen die Wiſſenſchaften ſelbſt Vergnügen, weil die Anſtrengung, die ſie dabei nöthig haben, gering iſt, und Nichts weniger, als ermattet. Sie fühlen ſich glücklich dabei, und ſolch ein Gefühl erhält und ſtärkt die Kräfte des Lebens, und vermindert ſie nicht, ſchwächt ſie nicht. Ihr Herz ſchlägt dabei ſo geſund und lebendig, als ihr Geiſt denkt. — Umgekehrt iſt Alles bei Jenen, die über ihre Faſſungskraft zu eigentlicher Gelehrſamkeit angehalten werden. Sie ſind einer

Pflanze gleich, die ſich in einem fremden Boden unter fremdem Himmel befindet, und unmöglich gedeihen kann. — Dazu kommt in den mehreſten Fällen noch, daß dieſe Menſchen nicht einmal von eigner Neigung getrieben werden, ſondern oft von einem thörigten und lächerlichen Vorurtheile, in ihnen ſelbſt, oder in ihren Eltern, verführt ſind. — Bei der gelehrten Erziehung, der ſie ſich nun unterwerfen müſſen, bei der ſitzenden Lebensart, bei der erzwungenen Anſtrengung ihrer Geiſteskräfte, die ihnen ſo läſtig iſt, bei der verkehrten und Geiſt tödtenden Art des Unterrichts, über die ſie ſich ſelbſt nicht erheben können, bei der mehrentheils völlig verabſäumten ſittlichen Ausbildung, bei nicht fehlenden böſen Beiſpielen, — iſt es da noch zu verwundern, daß dieſe jungen Menſchen am Körper ſchwach, am Geiſte träge, gefliſſentliche Betrüger, vollgepfropft von irrigen Begriffen, unſittlich und laſterhaft werden? Nehme man noch dazu, daß ſie, beſonders wenn ſie Söhne reicher oder vornehmer Eltern ſind, verſchmeichelt werden, daß ſie hier ſelbſt mehrentheils die Beiſpiele der Unmäßigkeit vor Augen haben; — werfe man ferner einen Blick auf die große Zahl nichtswürdiger verführeriſcher Bücher, — und ich glaube, man wird nicht weiter fragen; warum jenes große Verderben gerade die zur Gelehrſamkeit erzogene Jugend ſo ſehr angreife. — Die ganze Schuld

wird gewöhnlich auf die ſitzende Lebensart allein geſchoben; aber dieſe Lebensart, — von der ich bei einer andern Stelle dieſes Büchleins noch Etwas anmerken werde, — thut weiter Nichts, als daß ſie den Körper ſchwächlich macht; zu jenem frühen Veralten kann ſie nur mitwirken, wenn durch Schwelgerei und Unmäßigkeit, durch öffentliche und geheime Wolluſt der ſchwächliche Körper zerſtört wird. Ueberhaupt möchte wohl bei dem größten Theile dieſer abgelebten Jünglinge die ſitzende Lebensart ſo anhaltend nicht geweſen ſeyn, daß ſie den Vorwurf der Schuld verdienen könnte. Die ganze Entſchuldigung wird Jeden, der ſolche Jünglinge auf Schulen und Univerſitäten beobachtete, reizen müſſen, der unverſchämten Lüge zu ſpotten. Wir wollen, ſtatt ſitzender Lebensart, Faulheit ſagen, ſo haben wir die ſchwächlich machende Urſache beim rechten Namen genannt. Denn, obgleich alle Unmäßigkeit ſchwächt, ſo iſt doch bei denen, die nie ſonderliche Freunde des gelehrten Fleißes und einer ſitzenden Lebensart waren, die Faulheit diejenige Urſache, die ihnen die Unmäßigkeit und Schwelgerei weit nachtheiliger macht, als dem jungen Handwerker. Dieſer iſt, wenn er leben und nicht betteln will, gezwungen und gewöhnt, thätig zu ſeyn, die Kräfte ſeines Körpers zu üben, ſeine Geſundheit zu ſtärken, und kann daher eher die Folgen einer Unmäßigkeit überwinden, das einge-

gene Gift durcharbeiten und auswerfen, indeſſen es bei dem gelehrten Faullenzer ſeine geheimen aber ſichern Wirkungen durch langſames Tödten äußert. Endlich iſt auch wirklich die Zügelloſigkeit und das rohe ſchwelgeriſche Leben unter den jungen Handwerkern bei weiten nicht ſo groß, als unter den ſogenannten Muſenſöhnen, beſonders herrſcht jene ſchändliche geheime Peſt weit mehr unter dieſen als unter jenen. Der junge Handwerker arbeitet ſich müde, und hat faſt nur den Sonntag übrig, wenn er unmäßig ſeyn will, ſein Erwerb iſt ihm theurer, als der erſparte Mutterpfennig, und ſeine ausgelaſſene Fröhlichkeit macht ſeine Schwelgerei mehrentheils anſehnlicher, als ſie iſt; ſchlüpfrige verführeriſche Bücher gerathen zu ſelten in ſeine Hände, und noch bis jezt iſt dem größten Theile dieſer Menſchen eine Hochachtung für die Gottheit übrig geblieben. — Natürlich iſt es alſo wohl, daß man unter ihnen nie ſo viele abgelebte hinwelkende Jünglinge antrift, als unter den ſogenannten Gelehrten und denen, die ſich dieſen in Abſicht eines unthätigen und zur Wolluſt reizenden Lebens nähern; natürlich iſt es, daß ſie alſo weit glücklicher leben, weil ſie geſunder ſind.

Anmerk. 3. (§. 4)

Unmäßigkeit gefährlicher als Peſt und Krieg.

Unſer Cornaro gibt die Folgen der Unmäßigkeit größer und tödlicher an, als Peſt und Krieg. Dieß ſcheint vielleicht, auf den erſten Ueberblick, wenn man an die ſchrecklichen Verheerungen jener beiden mörderiſchen Uebel gedenkt, etwas zu viel geſagt; überlegt man aber die Sache gehörig, ſo wäre es viel zu wenig geſagt, wenn man die Unmäßigkeit mit Krieg und Peſt gleich halten wollte. — Freilich, ein immerwährender Krieg, eine unendliche Peſt würden die Entvölkerung raſcher bewerkſtelligen; aber beide Uebel haben ein Ende, haben Ruhezeiten, und kommen nur dann und wann mit ihren Verderbniſſen über die Erde. Die Unmäßigkeit iſt ein erbliches Uebel; ihre Folgen ſind unausbleiblich: Verwüſtung der Geſundheit und Aufopferung des Lebens; und was kann gefährlicher ſeyn, als ein ſo böſes und erbliches Uebel? — Wie, wenn die Schwindſucht ein erbliches Uebel des größten Theils der Menſchheit wäre? wer würde dagegen die Peſt für gefährlich halten? — Peſt und Krieg tödten geſchwind; die Unmäßigkeit iſt eine langſam quälende Meuchelmörderin. — Peſt und Krieg werden von den Menſchen gefürchtet, gehaßt, verabſcheuet; gegen die Peſt hat man Hülfe

geſucht und gefunden, man hat gelernt ſie zu verbannen, und vom Kriege kann man hoffen, daß man auch ihn von der Erde einſt verbannen werde. Kann man in Abſicht der Unmäßigkeit auch eine ſo ſüße Hoffnung haben? — Sie wird geliebt, beſchöniget, feſt gehalten und aus allen Kräften vertheidiget; man hält ſie für die Beſeligerin des Lebens, und will die Dolche nicht ſehen, mit denen ſie die Nerven des Lebens zerſchneidet. Ueberſieht man die ungeheure Menge der Kinder, die entweder durch die Unmäßigkeit ihrer Mütter im Mutterleibe ſterben, oder ſo gebohren werden, daß ſie bald darauf ſterben müſſen, oder nachdem todt gefuttert werden; — überſieht man die ungeheure Menge derer, die die Unmäßigkeit als Knaben, als Jünglinge, als Männer, als Mädchen, Jungfrauen und Frauen lange vor der eigentlichen Sterbezeit in frühe Gräber ſtürzt; — vergleicht man damit die kleine Zahl derer, die vor Alter ſterben; — läßt man die Aerzte die große Menge von Krankheiten nennen, die ohne Unmäßigkeit ſchlechterdings nicht Statt haben würden; ſo muß man erſchrecken! man muß einſehen, daß die Unmäßigkeit jährlich die Hälfte des Menſchengeſchlechtes ſchlachtet! — Das thut keine Peſt, kein Krieg! — Man muß geſtehen, daß Unmäßigkeit furchtbarer für das Leben ſey, als jene beiden Uebel. Aber man ſehe nun noch die übergroße Menge derer, die

durch

durch Unmäßigkeit ihr Reſtchen Leben unter ſteten Anfällen von Krankheiten, oft unter fortdauerndem Siechen und Unvermögen, dahin geben, ſich ſelbſt immer eine Qual und für die Welt halb todt ſind! — Die Hälfte der Menſchen zu früh getödtet! — ein ſehr großer Theil der übrigen halbtodt! und dieß Verderben fortdauernd von Jahr zu Jahr! — Dieſe Sterblichkeit, dieſe Kränklichkeit, von Jahr zu Jahr wachſend, — weil die Urſache nicht aufhört, und weil ſchwache verdorbene Menſchen, ihre Schwäche auf ihr Geſchlecht fortpflanzen! — Wenn dieß Folgen der Unmäßigkeit ſind, wie kann es eine größere fürchterliche Mörderin geben, als ſie? — Peſt und Krieg tödten, wenn ſie tödten, ſchnell, und eben dieſes ſchnelle Tödten jagt den Menſchen die große Furcht ein, ſo daß ſie mit ſonderbarer Verwirrung der Begriffe ſich einbilden, jene Uebel tödteten gewiß. Weil die Menſchen überhaupt der Vernunft zu wenig Gehör geben, und immer nur durch Erfahrung und auffallendes Beiſpiel belehrt ſeyn wollen, ſo glauben ſie nicht eher an eine Sache, und halten ſie nicht eher für gewiß, bis ſie oft und ſchnell hinter einander erfolgt. Weil nun Unmäßigkeit nicht immer ſchnell tödtet, ſo halten ſie ihre Tödtlichkeit für Nichts weniger als gewiß, dahingegen halten ſie den Tod in der Peſt für unausbleiblich. Das iſt er aber nicht, da ſelbſt ein ſehr großer Theil ſolcher Kranken ohne alle Hülfe geneſet, und zur vorigen

Ge-

Geſundheit zurückkehrt. Allein wenn dieß auch nicht ſo wäre; — was iſt Sterben? — Sterben iſt ſo fürchterlich nicht, als krank, elend, und unter ſteten Anfällen des Todes leben. Hätte das Menſchengeſchlecht für ſein Leben keine anderen Würger zu fürchten, als Peſt und Krieg; o wie glücklich könnte es ſich preiſen! — Wenn die Hälfte des Menſchengeſchlechtes, die alle Jahr ſtirbt, plötzlich, mitten in der Blüthe der Geſundheit ſtürbe, ſo wäre der Verluſt der Zahl nach zwar eben derſelbe, der er jetzt iſt; dennoch aber würde ſich das Menſchengeſchlecht ungleich beſſer dabei befinden. Geſunde Menſchen ſind wirkſam und nützlich, ſieche Menſchen ſind unthätig und unnütz; jene alſo würden denn doch das Ihrige zum Wohl des Menſchengeſchlechtes beigetragen haben, man würde ſie gewiſſermaßen, wenn auch nicht körperlich, doch geiſtig reif zum Tode nennen können. Jetzt aber, da der größte Theil der jährlich Sterbenden nur nach einem ſiechen folglich unnützen Leben ſtirbt, ſo iſt die Lebensdauer der Menſchen um deſto geringer, weil theils durch das frühe Sterben, theils urch das ſieche Leben, der Zweck des Lebens, Ausbildung und Vervollkommnung, auf doppelte Art zerſtört wird. Denn es kommt eigentlich, bei der Unterſuchung, ob das Leben irgend eines Weſens lang oder kurz ſey, nicht auf die Zahl der Stunden an, ſondern darauf: ob der Zweck, den dieſes

ſes Weſen erreichen kann, erreicht iſt oder nicht. Könnte der Menſch in Einem Jahre den Zweck ſeines Lebens, — Ausbildung ſeiner ſelbſt und Vermehrung des Wohls ſeines Geſchlechtes, erreichen; ſo wäre Ein Jahr für ſein Erdenleben lang genug.

Anmerk. 4. (§. 5.)

Ueber die ſogenannte gute Gemüthsart der Schwelger.

Iſt Unmäßigkeit eine Sache, die dem Tadel, der Mißbilligung, der Vernunft ſchlechterdings nicht ausweichen kann, — folglich ein Laſter — iſt ſie eine Sache, die uns Schaden bringt, — folglich eine Thorheit, — ſo fragt es ſich billig: wie kann der Unmäßige, der Schwelger, eine gute Gemüthsart haben? Er kann ſie nicht haben, oder man müßte denn unter guter Gemüthsart ganz etwas anderes verſtehen, als das Wort ſagt. So iſts auch! — Unter der gewöhnlichen Geſellſchaft der Menſchen, das heißt unter dem Pöbel, kann man den Namen eines guten Menſchen um einen Lumpenpreis bekommen. Es iſt genug und überflüſſig, wenn man nur kein grober Polizeiverbrecher iſt, auf den die Strafe des Hochgerichts wartet. Vor allen Dingen aber iſt es nöthig, daß man ſich der gangbaren Sinnesart des Pö-

bels

dels, ſeinen Vortheilen, ſeinen Launen gemäß aufführe, und, bei Leib, nicht das Anſehen haben wolle, als ſey man ſeines gleichen nicht. Dieß erbittert den Haufen, und er wird ſich wohl hüten, dir den Namen eines guten Menſchen zu geben, wenn du ihn auch vor Gott und deinem Gewiſſen verdieneſt. — Man kann alſo immer in dem Rufe einer guten Gemüthsart ſtehen, wenn man gleich ein Schlemmer, ein Trunkenbold, ein Unzüchtiger, ein Weiberverderber, ein Taugenichts und Faulpelz iſt, wenn man ſich dabei nur luſtig, nicht filzig, nicht mürriſch, ſondern ſprechluſtig und redſelig, mitunter albern, harlekinsmäßig und niedrig zu betragen weiß. — Welcher Schlemmer ſollte das nicht? — Schlemmerei und Unmäßigkeit entnervt den Körper, und macht den Geiſt dumm; alſo wird man nicht leicht einen ſolchen lockern Buben finden, der zu den ſogenannten Heldenrollen der Büberei Fähigkeit hätte. Sie ſind Weichlinge, die nur in niedrigen Ränken fortkommen können, die jeder Anſtrengung, wie einer Dieſtel, ausweichen, die in der größten Verlegenheit ſind, wenn ſie eine Meile zu Fuße gehen, denen die Sonne verhaßt iſt, weil ſie heiß ſcheint, die den Regen verwünſchen, weil er naß macht, — o, gewiß! bei ihrer guten Gemüthsart werden ſie durch große Bubenſtücke eben ſo wenig ſich berüchtigt, als durch ihren Verſtand berühmt machen.

chen. Aber in Wahrheit, ſie ſind oft milde gegen Arme; mags auch ſeyn, daß ſie ihr Geld an den Landſtreicher verſchwenden, oder anſehnliche Beiträge zu Sammlungen geben, um dafür ihren Namen einmal in ihrem Leben gedruckt zu leſen; was hindert das? — ſie haben doch gegeben! und heißen gutmüthige Menſchen. — O, ja! es gibt deren, die leicht traurig werden, wenn ſie vom Unglücke eines Mitbürgers hören, und ihm gern alles Wohlergehen gönnen, auch wohl helfen würden, wenn ſie ſich nur Nichts dadurch entziehen müßten. Mehrentheils aber verſtehen ſie die Kunſt, ſich da, wo es etwas zu helfen gibt, mit einem glückwünſchenden Seufzer, aus dem Gedränge zu ziehen. Sie ſind ja furchtſame Schwächlinge und die Verbreitung der Bruderliebe, ſo wie jeder Tugend, hat nicht viel von ihnen zu erwarten. — Schlimm, leider, ſehr ſchlimm iſt es, daß auch bisweilen dieſe gewöhnliche Rotte derer, denen der Bauch ihr Gott und eine volle Tafel ihr Himmelreich iſt, durch ſolche Menſchen vergrößert wird, die es wohl verdienten, beſſer zu ſeyn, die durch ihre Fähigkeiten des Verſtandes und Anlagen des Herzens Beförderer des Menſchenwohls hätten werden können, und nun, dieſer edeln und ſüßen Pflicht uneingedenk, ſich für ſich ſelbſt, für beſſere Menſchen, und für die Welt zu Grunde richten, indem ſie Thoren werden, und ſich zu den

fei=

feigen Sklaven der niedrigen Wolluſt geſellen. — Vermuthlich waren es ſolche, von denen unſer Cornaro hier mit Bedauern redet; und gewiß, ein guter Mann muß ſich betrüben, wenn er die, die er zu Freunden behalten möchte, durch die Lockungen eines ungebundenen Lebens erſt von ſeiner Seite hinweg, und dann in ein frühes Grab geriſſen ſehen muß; wenn er nur von ihnen ſagen kann, was ſie hätten ſeyn können, und nichts zu ihrem Ruhme zu erzählen weiß, als daß ſie gutmüthig waren. O, dieſer Ruhm iſt leider nicht fein! Der Menſch, der weiter nichts iſt, als gutmüthig, iſt ein Thor und verſchmitzter Narren Spielball. Seine ganze Tugend iſt der Rede nicht werth.

Anmerk. 5. (§ 6.)

Ueber die natürliche Wärme des Magens.

Cornaro klagt, daß ſeinem Magen die natürliche oder gehörige Wärme gefehlt habe. Der Ausdruck iſt der Natur der Sache nicht angemeſſen. Ich hätte ihn zwar verändern können, allein es iſt ein auch noch jetzt ſehr gewöhnlicher Ausdruck, der für diejenigen indeſſen, die keine Aerzte ſind, doch von weniger Bedeutung ſeyn würde, wenn nicht der Begriff dieſes Ausdruckes manche bedeutende Folgerungen verurſachte, weswegen ich

es

es nicht für unnütz halte, hier Einiges dagegen zu ſagen.

Die uralten Aerzte hatten von dem Baue des menſchlichen Körpers ſehr mittelmäßige Erkenntniß, und von ſeinen Verrichtungen im lebenden Zuſtande viel irrige Begriffe, weil man es zu verſchiedenen Zeiten für unmenſchlich hielt, menſchliche Leichname zu öffnen und zu unterſuchen. — Viele begnügten ſich daher mit Erfindung verſchiedener Meinungen, um das, was ſie an dem Menſchen bemerkten, zu erklären; denn erklären will der Menſch Alles, was ihm vorkommt, es geſchehe auch wie es wolle. — Lange trieb man ſein Weſen mit den vier Elementen, Feuer, Luft, Waſſer, Erde, und mit vier, von jenen Elementen abgeleiteten, Eigenſchaften, Wärme, Kälte, Feuchte, Trockenheit. Dieſe vier Eigenſchaften ſuchte man, bald dieſe, bald jene, mehr oder weniger, in allen natürlichen Körpern auf, aber mehrentheils mit Hülfe der Einbildung, theilte eben ſo, jene Körper danach ein, und beſtimmte danach ihre Kräfte und Würkungen. Mit dem menſchlichen Körper verfuhr man auf dieſelbe Art, ſeine Säfte theilte man nach jenen vier Elementen, und allen ſeinen Theilen wurden von jenen vier Eigenſchaften, jedem nach Wahrſcheinlichkeit die ſeinige zuerkannt. — Das Feuer, als das thätigſte Element, mußte nun natürlich mit ſeiner

Wärme, die thätigſten Theile und die ſchärfſten Säfte einnehmen, ſo wie ſchleimigte träge Säfte und wenig thätige oder ſchwach empfindliche Theile in die übrigen nicht ſo geiſtigen Elemente ſich theil= ten. Man glaubte nun, ſich Alles, was und wie man wollte, erklären zu können; wenigſtens war auf jede Frage doch eine Antwort da, die der Menſch ſich nicht gern ſchuldig bleibt. — Wenn man daher ſich fragte: wie fängt es der Magen an, daß er die Nahrungsmittel verdauet? — ſo hieß die Antwort: durch das in ihm wohnende Feuer! — und wie iſt er beſchaffen, wenn er ſchlecht verdauet? — es fehlt ihm das Feuer, oder ſeine natürliche Wärme! — Alſo? was hat man zu thun, wenn der Ma= gen ſchlecht verdauet? — Man muß ihn erwär= men! — und nun ſuchte und wählte man unter denen Dingen, in denen man das mehrſte Feuer vermuthete, die Hülfsmittel für den verdorbenen Magen, wobei denn freilich manches herbeigezogen wurde, das den Magen noch mehr verdarb.

Viele Leute, die keine Aerzte ſind, haben noch bis jetzt jenen irrigen Glauben, oder laſſen ihn ſich von Quackſalbern, alten Weibern und dergleichen, die einmal ein, ſogenanntes, altes Dokterbuch geleſen haben, erſt aufheften. Manche wärmen und wär= men ihren verdorbenen, oder wie ſie ſagen, kalten Magen mit großem Fleiße, und es hilft ihnen theils

Nichts, theils wird das Uebel dadurch nur noch ſchlimmer. — In meinem Büchlein über den Magenkrampf und über die Erhaltung der Geſundheit des Magens überhaupt, habe ich eine, wie ich hoffe, für Jederman verſtändliche Beſchreibung des Magens und der Art und Weiſe ſeiner Verrichtungen gegeben, woraus man den Irrthum jener Meinung einſehen lernen kann. Ohne zu wiederholen, was ich dort geſagt habe, will ich hier nur Folgendes erinnern.

Alle Theile des menſchlichen Leibes ſind warm, ſo lange er lebt. Dieſe Wärme entſteht durch die Bewegung des Blutes in den Adern; daher ſind diejenigen Theile am kälteſten, die keine Blutgefäße haben, z. B. die Haare. Die Nägel würden eben ſo ſeyn, wenn ſie nicht dicht auf dem Fleiſche lägen, und die Zähne, wenn ſie nicht im Munde und von den Lippen bedeckt wären, wo die äußere Luft ihnen die mitgetheilte Wärme nicht gleich wieder rauben kann. Alle Theile, die die äußere Luft unmittelbar berührt, die äußerlichen Theile, ſind daher nicht ſo warm, als die innerlichen, wo dieß unmittelbare Berühren der äußern Luft nicht Statt findet. Die Lunge athmet zwar die äußere Luft ein, und würde daher, ob ſie gleich ein innerlicher Theil iſt, wenigſtens immer kühl ſeyn; aber ſie iſt

es nicht, weil ſie beinahe ganz aus Blutgefäßen beſteht. Der Magen hat nicht ſo viele, obgleich genug, Blutgefäße, und die äußere Luft berührt ihn gar nicht. Die Leber hat weit mehr Blutgefäße, die äußere Luft berührt ſie auch nicht; aber das Blut wird in ihren Gefäßen weit langſamer bewegt, — und ſo iſt immer bei jedem Theile des Leibes Etwas, wodurch es bewirkt wird, daß die natürliche Wärme unter einander nicht merkbar verſchieden iſt. — Ich habe in jenem Büchlein gezeigt was die Wärme zur Verdauung thue, und wie unentbehrlich ſie dabei ſey. Aber dieſe natürliche und nöthige Wärme verliehrt der Magen niemals, außer bei dem völligen Ruin, bei dem Tode der menſchlichen Maſchine. Hier liegt es alſo nicht, wenn der Magen ſchlecht verdauet, und mehrentheils helfen alle ſcharfe und hitzige Verdauungsmittel ſehr wenig oder Nichts. Die ſogenannte natürliche Wärme, das heißt, die eigentliche Verdauungskraft, des Magens wird geſchwächt, — am häufigſten weil er zu ſchlaff iſt; und hier könnten allenfalls ſcharfe und reizende Gewürze helfen; — aber dieſer Fall iſt doch nur ſehr ſelten. Die Schlaffheit des Magens, das iſt, ein ſolcher Zuſtand, wo alle ſeine Faſern zu weich und kraftlos ſind, kann nur durch groſe und lange anhaltende Fehler in der Lebensordnung entſtehen; es iſt alſo un-

unmöglich, und man muß ſich ja keine Hoffnung machen, daß man hier durch dieſes oder jenes Magenmittel Hülfe ſchaffen könne. Alle, ſogenannte, ſtärkende, gewürzhafte Dinge leiſten oft auf einige Zeit etwas; aber ſie heben den Zuſtand nicht vom Grunde aus. Eine ſtrenge mäßige Lebensordnung iſt hier das einzige wahre Hülfsmittel. — Eben dieſer Fall fand bei unſerm Cornaro Statt. Nach ſeiner Aeußerung, daß ſeinem Magen die natürliche Wärme fehle, hätte man vermuthen ſollen, daß er ſich bemühet haben würde, durch warmmachende ſcharfe gewürzige Dinge dieſe Wärme zu erſetzen; ſeine damalige lockere Lebensart läßt auch glauben, daß er dergleichen nicht wird unverſucht gelaſſen haben, vielmehr weiß man, wenn man ſolche Lebensart nur etwas kennt, daß ſie beinahe ganz und gar ſo eingerichtet iſt, den Magen mit hitzigen und ſcharfen Speiſen und Getränken reichlich zu verſehen. Cornaro aber, der nun einſah, daß dieſer Weg der rechte nicht ſey, kehrte um, und anſtatt ſeinem Magen durch wärmende Dinge aufzuhelfen, entzog er ihm gerade dieſe Hülfsmittel, und ſein Magen bekam durch dieſes Entziehen ſeine Thätigkeit, oder ſogenannte Wärme, wieder. — Nichts weniger als Kälte iſt die Unfähigkeit zur Verdauung, vielmehr beſteht ſie oft in einer zu großen Empfindlichkeit und Reizbarkeit des Magens. Wie oft befreiet nicht der Genuß einfacher und kühler

miſder Speiſen und das Trinken des reinen Waſſers manchen armen Leidenden von ſeinen Magenbeſchwerden, von ſeinen, durch einen verdorbenen Magen erregten, anhaltenden Kopfſchmerzen, wogegen alle ſogenannten Magenmittel fruchtlos waren! Es iſt in der That nichts verderblicheres für den Magen, als wenn man durch ſolche reizende Sachen ihm ſeine Thätigkeit, oder ſeine ſogenannte natürliche Wärme, wieder zu geben ſucht. Die Ritter von der vollen Tafel, oder die ehrbaren Freſſer und Säufer, wiſſen das Kunſtſtück, ihren Schwindel und dergleichen, oft durch ein Glas Branntwein oder Aquavit zu bändigen: aber ſie ſind genöthiget, wenn dieß Mittel in der Folge noch Dienſte thun ſoll, es täglich zu vergrößern, und aus Weintrinkern ächte Branntetweinstrinker zu werden. Da aber dieß Mittelchen, wenigſtens für den Augenblick, ſchnell hilft und der Zunge gefällt, ſo lachen dieſe Herren des Arztes, der ihnen den Wein widerräth, und den fortgeſetzten Genuß mäßiger Speiſen und des reinen Waſſers empfiehlt. Mögen ſie!

Oft ſind an der Unthätigkeit des Magens bloße in ihm liegende Unreinigkeiten ſchuld, nie aber Mangel der Wärme. Dieſe Unreinigkeiten ſind nicht immer grobe unverdauete Ueberbleibſel genoſſener Speiſen. Denn es gibt Wollüſtlinge, die eigentlich

nicht

nicht viele, aber deſto verderblichere Speiſen genieſsen. Nach einem genommenen Brechmittel, das ſolche Menſchen bisweilen von den hauptſächlichſten Beſchwerden befreiet, wundern ſie ſich oft, daß ſie nichts wegbrechen, als den nachgetrunkenen Thee. Aber laſſen ſich jene ſcharfen verderblichen Theile, die ſich in den Magen verbreitet hatten, mit den Augen, nach Geſtalt oder Farbe erkennen? Kann man die Schärfe, die übermäßig genoſſener, oder gar ſchlechter Weine, die der Brantewein, die das gebratene Fett in den Magen zurückläßt, von dem Theewaſſer durch das Auge unterſcheiden? — Erwärmende Mittel würden bei den Beſchwerden, die der Magen durch ſolche feinen Schärfen leidet, höchſt nachtheilig ſeyn. Alles vielmehr, was die Wärme in dem Körper vermindert, Faſten, kühlende, verdünnende, einwickelnde Dinge, dünne Mehlſpeiſe, reines Waſſer ſind hier allein hülfreich. —

Man hat allerdings ſtärkende Mittel, die dem Magen, wenn er durch bedeutende Krankheiten geſchwächt iſt, durch ihre Bitterkeit oder gelinde zuſammenziehende Kraft wohlthun; der wahre Arzt aber bedient ſich ihrer mit Vorſicht, und man halte ſie ja nicht für Dinge, die immer nützlich und niemals ſchädlich wären. Wem es an Eßluſt fehlt, dem gelingt es zwar bisweilen, durch ſolche Mittel ſich eine Art von Hunger zu erregen, und er rühmt,

 nun

nun voll beſonderer Freude, daß er danach habe recht eſſen können. Aber wozu ein erkünſtelter Hunger? Iſt es nicht beſſer und vernünftiger, daß man dem Magen, wenn er keine Speiſe verlangt, auch ſo lange keine gebe, bis er durch freiwilliges Fordern zu erkennen gibt, daß es dem Körper wirklich an Nahrung gebreche, und daß er ſelbſt zur Verdauung geſchickt ſey? Alle ſolche Mittel ſind ja Arzeneien; — aber freilich, wer ſeinen Magen immer verdirbt, muß auch wohl immer ihn wieder zu beſſern ſuchen; bis er durch das ewige unvernünftige Verderben und ungeſchickte Zurechthelfen völlig untauglich iſt.

Anmerk. 6. (§. 6.)

Ueber das natürliche Ziel und den Werth des Lebens.

Es iſt eine Meinung unter den Menſchen eingeriſſen und gewiſſermaßen zum Grundſatze geworden, womit beſonders die Schwelger jede Erinnerung beſſerer Menſchen, oder ihrer eigenen Vernunft, zurückzuweiſen bemühet ſind. Sie ſagen: Die einmal vom Schickſal beſtimmte Stunde des Todes läßt ſich nicht aufhalten! Iſt es Jemand beſtimmt in der Jugend zu ſterben, ſo wird er nicht alt werden, und wenn er noch ſo behutſam ge-

gelebt hat. — Wozu alſo leben wie ein Einſied-
ler? warum nicht Alles genießen ſo viel man kann?
— Sonderbar iſt es freilich, daß diejenigen, die
ihre Ausſchweifungen mit dieſem Grundſatze beſchö-
nigen oder rechtfertigen wollen, mehrentheils, wenn
eine Krankheit ſie überfällt, und das unwiderruf-
lich beſtimmte böſe Stündlein drohet, ihren Grundſatz
ſchnell genug fahren laſſen, und von dem Gedanken,
daß man doch wohl zu früh ſterben könne, ſo er-
ſchüttert werden, daß ihnen kein Bote ſchnell genug
iſt, um den Arzt zu holen, der nun Alles können
ſoll. Sie, die vorher der ganzen Kunſt des Arz-
tes, als eines ſehr überflüſſigen Dinges ſpotteten,
und keiner Pflanze die geringſte Heilkraft zutraue-
ten, die halten nun den Arzt für einen Gott, und
wünſchen, daß jeder Grashalm ein Kräutchen wi-
der den Tod ſeyn möchte.

Es iſt allerdings etwas Wahres in dem Satze,
daß ſich die Stunde des Todes nicht aufhalten laſſe;
aber es iſt zuvörderſt die Frage: Hat Gott die
Stunde des Todes ſo beſtimmt, daß des Menſchen
Zuthun oder Mitwirkung dabei gar nicht in Betrach-
tung kommt? — Kann der Menſch die Stunde
ſeines Todes nicht beſchleunigen? —

Ich verweiſe den Leſer auf das, was der gute Cor-
naro in ſeiner zweiten Abhandlung hierüber ſagt, und

ſetze nur dieß noch hinzu. — Da es unmöglich iſt, daß Mäßigkeit unſer Leben verkürze, da der Menſch durch Unmäßigkeit ſich krank machen, das heißt ſeine Lebenskraft ſchwächen, folglich ſeinen Tod herbeiziehen kann; ſo iſt es einleuchtend, daß ein ſolcher Tod zu früh, daß er gewaltſam, daß er der nicht iſt, den der Schöpfer eigentlich haben wollte. — Welchen aber wollte der Schöpfer haben? welchen hat er eigentlich beſtimmt? — Den, der in der anerſchaffenen Art und Weiſe des menſchlichen Baues ſeinen Grund hat; das heißt, den Tod vor Alter, einen ſolchen, wie Cornaro erwartete und ihn ſtarb. — Am Ziele des Lebens ſteht der Tod! — Aber was iſt das Ziel des Lebens? wozu ſind wir hier? was ſollen wir werden, was erreichen? — Iſt das ſinnliche Vergnügen des Lebens der Zweck unſers Daſeyns, kann das unſere Pflicht, unſer höchſtes Augenmerk ſeyn? — Ach, nein, das iſt es nicht! Unſer Leben iſt eine Schule. Lernen ſollen wir hier, zunehmen an Kenntniſſen, Fertigkeiten, und Güte, ſo viel unſere Fähigkeiten zulaſſen, und menſchliche Fähigkeiten laſſen viel, bald möchte ich ſagen, unendlich viel, zu. Es wartet gewiß, wie der morgende Tag auf den heutigen, ein anderes Leben auf uns. Zu dieſem ſollen wir reif und geſchickt werden, dann hingehen. Reift nicht die Blume, ehe ſie welkt? ſtirbt der Baum nicht erſt, nachdem er viele Jahre lang

Früchte brachte? — Freilich hat der Unerforſchliche ſich auch Wege vorbehalten, die wir nicht verſtehen. Hagelwetter ſchlagen knoſpende Blumen, blüthetreibende Saaten danieder, eiſigte Nordwinde verwüſten ganze Baumſchulen, Peſtilenzen raffen Heere unmündiger Kinder hinweg! — Der Menſch kann nichts oder wenig dagegen thun, und möchte nun wohl fragen: wenn Reifwerden des Daſeyns Zweck iſt, — waren dieſe reif? — Aber was bekümmert ſich der Menſch mit dieſer Frage? — Wenn es der Weltenſchöpfer will, wenn Er einem Schickſale zu kommen gebietet, das menſchliche Kräfte nicht hemmen können, ſo gebührt es dem Menſchen zu ſchweigen, und zu geſtehen, daß er Gottes verborgene Weisheit und ſeine geheimen Plane nicht verſtehe. Gewiß waren diejenigen, die ein ſo unvermeidliches Schickſal zum frühen Tode führt, gewiß waren ſie reif, ſo unreif ſie uns auch ſchienen; reif für Welten, die wir nicht kennen. Nicht einen Weg, unzählige Wege hat Gott, ſeine Geſchöpfe zur Vollkommenheit zu leiten; nicht Eine Welt, unendliche Welten ſchuf er dazu. Gewiß iſt der ſo ganz ohne ſeine Schuld ſterbende Säugling reif zu ſeinem neuen Leben. Millionen Seelen bedürfen vielleicht um zu der für ſie beſtimmten Welt geſchickt zu ſeyn, oft nur die Vorübung weniger Stunden, die ſie hier auf Erden verweilen. Sie kehren gleichſam hier nur ein, um

noch

noch etwas mitzunehmen, was ihnen noch fehlt. — Wenn ich indeſſen verheerende Seuchen, gegen welche menſchliche Vorkehrungen nichts vermögen, ausnehme, und unvermeidliche Unglücksfälle, ſo ſtirbt der größte Theil der Kinder doch durch Schuld der Eltern. Sind dieſe auch unreif? iſt bei dieſen der Zweck ihres Erdenlebens unerfüllt? — Nein, ſie ſind reif, der Zweck ihres kurzen Lebens iſt erfüllt; denn auf ihnen haftet keine Schuld! ſie kannten keinen Zweck, denn ſie hatten noch keinen deutlichen Wunſch nach Leben, wodurch der Menſch erſt zur Erkenntniß des Zweckes hingeleitet wird. — Gott, der es vorher ſah, wie viel durch die Schwäche und Unvernunft der Menſchen zerſtört werden könnte, kam, ſo ſcheint es mir, dieſem Unglücke zuvor. Hätte er allen Seelen, die in menſchlichen Leibern auf die Erde kommen, einerlei Zweck beſtimmt, hier auf der Erde ganz und zu einerlei Zukunft ausgebildet zu werden, ſo würde die Unvernunft ſo vieler Väter und Mütter, durch deren Schuld die Kinder früh hinwegſterben, dieſen ſeinen Plan zernichtet haben. Aber gewiß kommen, durch ſolche Eltern, Seelen auf Erden, deren Beſtimmung nicht iſt hier ganz ausgebildet zu werden, und Gott — daß ich menſchlich von ihm rede, — hat das nothwendige Uebel gehoben. — Es gibt Menſchen, von denen auch unſer Cornaro in ſeiner vierten Abhandlung redet, — die zwar

ei-

einige Zeit auf der Erde bleiben, aber doch nur eine kurze Zeit, und, aber ohne ihre Schuld, vor Ausbildung ihres Körpers, vor den männlichen Jahren, hinwegſterben. An dieſen werden wir beſonders zweierlei gewahr; eine raſche zuvor eilende Ausbildung des Geiſtes, und eine gewiſſe Wunſchloſigkeit für dieſes Leben. Sie ſcheinen ein dunkeles Gefühl zu haben, daß ſie nicht ganz für die Erde gehören und eilen bald von ihr weg. — So ſind diejenigen nicht, die durch ihre eigene Schuld, zu früh und unreif ſterben. Dieſe haben großes Verlangen zu dem Leben der Erde. Dieſes Verlangen, dieſer Wunſch, dieſes Wohlgefallen entſteht aus einer gewiſſen geheimen Uebereinſtimmung ihrer Kräfte und Fähigkeiten mit der Natur dieſer Erde. Wollten ſie ſich recht unterſuchen und fragen, ſo würden ſie, aus ihrer vorzüglichen Sinnlichkeit, aus ihrer großen Anlage für dieſe Erde, bald herausfinden, daß ſie, welches auch ihr Wunſch bezeuget, lange leben müßten, um den Zweck ihres Lebens zu erfüllen, und ihre Reife zu erhalten. — So wie die körperlichen Kräfte eines Menſchen wachſen, ſo nimmt ſein Wohlbefinden zu, ſo wird ſeine Anhänglichkeit an die Erde, ſeine Liebe zum Leben ſtärker. Nicht vergebens machte der Schöpfer dem Menſchen die Erde ſo reizend, nicht vergebens das Leben ihm ſo lieb, nicht vergebens gab er ihm Furcht vor dem Tode. Lange ſoll

ſoll ihn dieß Alles, — und dieß gilt dem größten Theile des Menſchengeſchlechtes, — auf der Erde feſthalten, um ſo viel darauf zu erleben, zu erfahren und zu lernen, als ihm durch Verbindungen und Trennungen mit und von Menſchen, durch Tage und Nächte, durch Jahre und Jahreszeiten, durch Jugend und Alter, durch Leiden und Freuden, durch die ganze ihn hierumgebende Schöpfung möglich iſt. So iſt der für die Erde beſtimmte in ihre Schule geſendete Geiſt in menſchlicher Bildung, der eigentliche wahre Erdbürger. Ihm iſt das Leben ſo lieb gemacht, daß er Alles für deſſen Erhaltung geben ſoll, ihm muß der Tod ſo furchtbar ſeyn, daß er alle Mittel aufſuchen und anwenden ſoll, deſſen Ankunft ſo lange als möglich zu verhüten; damit der Zweck ſeines Hierſeyns, — Vervollkommnung auf Erden, — nicht verfehlt werde. Jene Menſchen, die ohne ihre Schuld früh die Erde verlaſſen, ſind die wahren Erdbürger nicht. Man kann ſie als Vorüberreiſende anſehen, die für einen andern Platz der großen Welt beſtimmt ſind, und bei denen der Weltvater es nur für nöthig fand, ſie hier erſt vorzuführen. Sie zeigen wenig, wenig Liebe zum Erdenleben, und ſterben gern. Sie ſterben nicht zu früh; denn früh ſterben iſt nicht immer zu früh. Aber der wahre Erdbürger, der mit großer Liebe und allen Anlagen für dieſes Erdenleben begabt iſt, ſtirbt zu

früh,

früh, wenn er früh, und durch ſeine Nächläſſig- keit, durch ſein Verſehen, ſtirbt; denn er ſoll lange leben. Er verfehlt den Zweck ſeines Lebens und verliehrt, indem er zu früh davon geht. Es haftet Schuld auf ihm, und er wird ſich vorwerfen müſſen, ſeine Vernunft nicht gehört zu haben. Muß er ſich überzeugen, daß er durch übeln Gebrauch ſeines Lebens ſich in die Arme des Todes geſtürzt hat, ſo muß er ſich ſelbſt bekennen, daß er frei war, daß Leben und Tod in ſeiner Hand ſtand. Ein trauriges Bekenntniß! — und was verliert er nicht? welche Freuden, welche Kenntniſſe, welche Vollkommenheiten, die er noch hätte haben und erlangen können! — Muß nicht ſelbſt ein Geiſt, der die Kenntniſſe und Vollkommenheiten, die für ihn beſtimmt und erreichbar waren, verſcherzt, und ohne ſie hinweg geht, — muß er nicht natürlich auf einen viel niedrigern Standpunkt im künftigen Leben kommen, als der, der hier Alles einſammelte, was ihm möglich und zuerkannt war? — Und was entzieht ein ſolcher Menſch durch ſein zu frühes Sterben der Erde nicht? — Durch Menſchen ſollen ja die Menſchen und die ganze Erde immer beſſer und vollkommener werden! Aber wie wenig kann doch ein Menſch dazu beitragen, der nicht alt wird! wie iſt er im Stande, ſeine Kinder gehörig auszubilden, und ihr leibliches und geiſtiges Wohl zu begründen. Seine Unter-

neh-

nehmungen ſind Kleinigkeiten, leichte ſchnellgemach=te Dinge, die von des Unternehmers unreifem Gei=ſte und von ſeiner, durch Todesfurcht lächerlich ge=machten, Selbſtſucht zeugen. — Man leſe, was Cornaro ſelbſt hierüber, in ſeiner zweiten Abhand=lung, und hin und wieder, ſo wahr geſagt hat. — Aber kein Wunder iſt es daher, wenn es mit dem Beſſerwerden der Menſchheit und mit ihrem Auf=ſteigen zur Vernunftreinheit ſo ganz erſtaunlich lang=ſam geht. Zehn aufgeklärte Männer, die nach einander in ein paar Jahrhunderten aufſtehen, aber immer wieder in der beſten Zeit, gerade wenn ſie erſt anfangen zu reifen, wegſterben, ſtiften nicht halb ſo viel Gutes auf Erden, als Ein ſolcher auf=geklärter Mann, der ein langes Leben lebt, von Jahr zu Jahr reifer, vernünftiger, angeſehener, be=rühmter, geliebter wird, auf deſſen Wort und Rath ein ganzes Land und mehr aufhorchen, der ſeinem Jahrhunderte Vorbild und Muſter in gro=ßen Unternehmungen und hohen Tugenden iſt, und künftigen Jahrhunderten vorarbeiten kann! — O welchen Werth, welchen unendlichen Werth und welch ein ſchönes Ziel hat das Leben auf Erden! — Der Unmäßige verkennt deſſen Werth und verfehlt ſein Ziel.

Anmerk. 7. (§. 6.)

7

Ueber die Kennzeichen eines guten Arztes.

Die mancherlei Gebrechen und körperlichen Leiden haben die Menſchen ſchon in den früheſten Alter der Welt angetrieben Hülfe dawider zu ſuchen. Freilich war es nur eine Hülfe aufs Gerathewohl, bis man durch häufige Verſuche und Erfahrungen etwas mehr gelernt hatte. Welcher vernünftige Menſch ſollte aber nicht einſehen, daß ein ſo blindes Verſuchen nichts tauge? wer ſollte nicht ſich überzeugen, daß zu der Kunſt, die verlohrene Geſundheit wieder herzuſtellen, eine große Menge von Kenntniſſen nöthig ſey, und gewiß mehr als man durch zufällige Erfahrung haben kann, — daß alſo die ganze Wiſſenſchaft ſehr ſchwer ſey. Wie ſchwer ſie ſey, kann man ſelbſt aus einem flüchtigen Ueberblicke der Kenntniſſe abnehmen, die die Menſchen nöthig gehabt haben, um zu einiger Vollkommenheit darin zu gelangen. Man konnte ja nie hoffen gegen eine Krankheit Hülfe, außer von ohngefähr, zu ſchaffen, wenn man nicht wußte, was überhaupt Krankheit ſey, — beſonders innerliche; denn bei äußerlichen Schäden und Verletzungen, bei deren Beurtheilung man den Augenſchein zu Hülfe nehmen konnte, war es ſchon leichter. Man mußte wiſſen, wodurch die Krankheit entſtehe, man mußte das ei-

gentliche Verderben kennen, das ſie anrichtete. Dazu war Kenntniß des angegriffenen Theiles und des ganzen menſchlichen Körpers, nöthig. Man mußte wiſſen, was jeder Theil des Körpers für Beſtimmung und Verrichtung habe, was der Erfolg davon ſey, und wiederum, welcher Erfolg ſich zeige, wenn die Verrichtung geſtört werde. Dieß konnte man aber nicht allein aus dem bloßen Anſchauen des geöffneten todten Körpers lernen, ſondern es waren dazu erſt viele Vernunftſchlüſſe über den lebenden Körper, es waren zahlloſe mit großer Behutſamkeit und Vernunft angeſtellte Erfahrungen und glückliches Belauſchen der Natur nöthig. Wie leicht war es, ſich zu irren, die Aeußerungen der Natur nicht zu verſtehen, und in der Hülfe fehl zu greifen! Wie leicht war es, die Urſache einer Krankheit in einem Theile, wo ſie nicht war, deßhalb zu ſuchen, weil in dieſem Theile gerade die Aeußerung des Uebels Statt fand; ſo z. B. bei Kopfweh von verdorbenem Magen, bei Rücken- und Lendenſchmerzen, von Unreinigkeiten in den Gedärmen, bei Naſenbluten von Würmern in den Gedärmen, und dergleichen mehr. — Welche Menge von ſichern Beobachtungen war hiezu erforderlich, und auch dazu, um zu lernen, wie Eine Urſach oft ganz verſchiedene Aeußerungen oder Krankheiten mache, und wie eine dem Anſcheine nach eben dieſelbe Krankheit oft von ganz verſchiedenen Urſachen entſtehe; ſo wie

z.

z. B. die fürchterliche Krankheit, die man die Epilepſie (Jammer, böſes Weſen) nennt, bald von Würmern oder Unreinigkeiten in Magen und Gedärmen, bald durch zurückgetriebene Ausſchläge, durch hervorbrechende Pocken, durch Vollblütigkeit, durch Fehler im Kopfe, durch Leidenſchaften, durch hervordrängende Zähne, bald bloß durch Einbildung, entſtehen kann. — Wie genau und fein und lang mußte man aufmerken, um endlich Zeichen herauszufinden, die da lehren konnten, daß bei einerlei Krankheit jetzt dieſe und jetzt jene Urſache Statt finde! — Nun aber kam es auch darauf an, in der Natur die Mittel ausfindig zu machen, die die vorhandenen, und in jedem beſondern Menſchen ſehr oft beſonders wirkenden Krankheitsurſachen vertilgen konnten. Offenbahrungen fanden ſich hier nicht und es war den Menſchen allein überlaſſen, ſich hier durch zahlloſe mit Vernunft gemachte Erfahrungen aus dem Dunkel zu helfen. — Der raſtloſen Thätigkeit ſo vieler Jahrhunderte, die ſo große abſchreckende Schwierigkeiten überwand, und die zugleich die Kräfte des Menſchengeiſtes ſo bewundernswürdig darſtellt, und uns ſo manchen ſchönen Zug der dem Menſchen doch nicht fremden Bruderliebe ſehen läßt, — haben, beſonders wir Europäer, es zu danken, daß jetzt endlich die Heilkunſt ſich ihrer Vortrefflichkeit rühmen darf. Der menſchliche Körper iſt mit unglaublichem Fleiße und Eifer unterſucht

und erforſcht, bis auf die letzte Faſer; die Bemerkungen und Erfahrungen der fleißigſten und ſcharfſinnigſten Männer über ſeinen Zuſtand im Tode, im Leben und in Krankheiten, ſind aufgezeichnet und unvergänglich gemacht; in der ganzen Natur iſt faſt Nichts übrig, daß nicht in Beziehung auf Leben und Geſundheit des Menſchen unterſucht wäre, und zahlloſe Aufſchlüſſe darüber ſind da. — Es iſt eine Sammlung von Kenntniſſen, die Ehrfurcht und Staunen erregt, die großen Fleiß, die Scharfſinn, richtigen Geiſtesblick, verlangt, um überſehen und genutzt werden zu können; — aber ſie iſt doch da, und es ruhet die Verachtung von allen beſſern Menſchen auf dem ſchändlichen Arzte, der ſich jetzt nicht aus allen Kräften bemühet hat, und fort bemühet, ſo viel von dieſen Schätzen zu gewinnen, als möglich.

Wenn dich daher, Lieber, oder die Deinigen eine Krankheit befällt, und du haſt Gelegenheit, unter Aerzten zu wählen, ſo ſey zuvörderſt ſo vernünftig, dich nicht von der Stimme des großen Haufens leiten zu laſſen. Du ſiehſt wohl, welche Kenntniſſe zu einem guten Arzte erforderlich ſind. Der vornehme und geringe Pöbel weiß das nicht, kann darüber nicht urtheilen, urtheilt auch danach nicht, ſondern über ganz andere Zufälligkeiten. Frage alſo nach demjenigen Arzte, der der gelehrteſte

iſt.

iſt. Immer kann man dieß nicht ſagen; aber ſo erkundige dich, ob er fleißig iſt, ob er eingezogen lebt, ob er ſonſt Geſchicklichkeit und Verſtand auch in andern Dingen gezeigt hat. Solche Erkundigungen ſind dir vorzüglich nöthig, wenn du an einem Orte lebſt, wo keine Aerzte ſind, wo du alſo nicht Gelegenheit haſt, nach deiner Vernunft über ſie zu urtheilen, ſondern oft auf die Empfehlungen Anderer, die nun gerade unvernünftiger Pöbel ſeyn können, hören mußt. Frage nie nach dem berühmteſten Arzte, da der Pöbel die größte Menge der Menſchen iſt, ſo kann der berühmteſte Arzt, der den größten Zulauf und Anhang hat, gerade der unwiſſendeſte ſeyn. — Siehe die, zur Schande des Ortes, hin und wieder öffentlich ausſtehenden ſogenannten Marktſchreier an. Erinnere dich, daß in einer Hauptſtadt, in einer Königsſtadt, ſelbſt die vornehmſten Leute zu einem Menſchen hinſtrömten, zu Fuße und in prächtigen Wagen, der eine große Menge Krankheiten und Gebrechen durch den Mondſchein zu heilen verſprach. — Die Stadt iſt Berlin, den Namen des Betrügers habe ich vergeſſen. — Traue daher ferner keinem Arzte, der aus dringender Nothwendigkeit und mit Schnelligkeit ein Arzt geworden iſt. Es gibt deren viel; aber du mußt bedenken, daß ein ſolcher Menſch weder Vorkenntniſſe, noch Zeit, noch guten Willen gehabt habe, ein guter Helfer in dem Elende der

Menſchen zu werden, ſondern daß er es bloß gethan habe, um ſeinen Lebensunterhalt zu finden. Unſere bürgerliche Ordnung iſt leider nun einmal ſo ſchlecht beſchaffen, daß auch die unwiſſendeſten Menſchen, untaugliche Apotheker- und Badergeſellen, durch Geld die Freiheit erlangen können, ungeſtraft kranke Menſchen zu ermorden. Auf unſern hohen Schulen oder Univerſitäten, denen der Staat das Amt aufgetragen hat, diejenigen, die als Aerzte auftreten wollen, nach allem Erforderlichen ſtreng zu prüfen, ruhet noch oft und hin und wieder eine große Schande, weil ſie ſo vielen Nichtswürdigen die gefährliche Erlaubniß ertheilen, ein Arzt zu ſeyn. Ein ſolcher Menſch hat oft, bei aller ſeiner unglaublichen Unwiſſenheit, die Gabe, viel in den Tag hinein zu reden, und zu lügen, zu ſchmeicheln, den Weibern, ſelbſt aus dem niedrigſten Pöbel, die Hände zu küſſen, den Spaßvogel und Hanswurſt zu machen, — oder erwirbt ſich durch eine Heirath angeſehene Verwandte, bezahlt feile Poſtenträger, macht Aufſehen durch Kleiderpracht — und er iſt im Stande dem gelehrteſten Arzte allen Beifall vorweg zu nehmen. Ein gelehrter Arzt kann alle ſolche niedriegen Ränke nicht ausüben, denn wahre Gelehrſamkeit macht ja das Herz edel, und flößt ihm einem Abſcheu vor aller Niederträchtigkeit ein. Es macht zwar einen widrigen Eindruck, wenn ein Arzt ſchmutzig einher geht, aber ſei du

viel

viel argwöhniſcher gegen den, der Pracht und auf-fallendes Betragen hat; denn er iſt ein ſelbſtſüch-tiger Narr, dem es zuverläßig an wahren inneren Werthe fehlt.

Es iſt aber nicht genug, daß der Arzt, den du wählen ſollſt, ein gelehrter Mann ſey, er muß auch ein rechtſchaffener Mann ſeyn. Er beſitze noch ſo viel Gelehrſamkeit, ſo wird er dir wenig nützen, wenn er nicht Rechtſchaffenheit, wenn er nicht den eifrigſten Willen hat, ſo viel zu helfen, als ihm möglich iſt. Es iſt erſtaunlich, wie Menſchen ihr höchſtes Gut, Geſundheit und Leben, oft ſo blind-lings den Händen eines Buben anvertrauen kön-nen, von dem ſie ſogar und alle Mitbürger wiſ-ſen, daß er ein ungeheuchelter Verächter aller ſitt-lichen und bürgerlichen Geſetze iſt, den man durch-aus als einen ſchlechten und bösartigen Menſchen kennt. Es iſt erſtaunlich, wenn diejenigen, die ſich einem ſolchen Menſchen anvertrauen, öffent-lich ſagen: ja er hat ein böſes Herz, aber er iſt geſchickt! — Mag er es ſeyn! aber welch ein Wagſtück, von einem geſchickten Böſewichte Hülfe zu erwarten? Glaubſt du nicht, daß ein Menſch, der aus muthwilligem Ehebruch, aus ſeiner Rach-ſucht, aus allen Bubenſtreichen gar kein Geheimnß macht, der über ſeine Verbrechen eben ſo gut, wie über Tugend und Religion, lacht, glaubſt du nicht,

 daß

daß ein ſolcher Menſch mit eben ſo kaltem Blute ein Meuchelmörder an dir oder den Deinigen werden kann? — Hüte dich beſonders, einen ſolchen Menſchen noch dazu zu rufen, wenn du ſchon einen andern Arzt bei deiner Krankheit haſt, oder rufe keinen andern hinzu, wenn du ſo unglücklich geweſen biſt in des böſen Menſchen Hände zu gerathen. Leicht kann Neid und Begierde, dem andern Arzte zu ſchaden ihn dahin bringen, dich freventlich zum Opfer des Todes zu machen. Denn du wirſt auch finden, daß ſolche Menſchen die Arzeneien immer ſelbſt ausgeben, wenn gleich Apotheken genug vorhanden ſind, damit ſie nicht nöthig haben, ſich vor einer Entdeckung ihrer ſchädlichen Mittel zu fürchten, und nachher leicht ſagen können, was ſie wollen. Hüte dich überhaupt vor ſolchen Aerzten, die alle ihre Arzeneien, oder doch die mehrſten ſelbſt ausgeben, wo gute Apotheken ſind. Es iſt zwar einem Arzte keinesweges zu verdenken, wenn er ein erprobtes ſelbſt erfundenes Mittel gegen eine einzelne Krankheit als Geheimniß für ſich hält, um einigen Gewinn davon zu haben; wenn er aber ein ſolches Mittel als eine Hülfe gegen eine ganze Menge von Uebeln ausſchreiet, ſo iſt er ein dummer Betrüger; und macht er aus allen Mitteln, die er gibt, Geheimniſſe, ſo iſt er ein noch ärgerer Beutelſchneider. Fliehe ihn! nicht um des Geldes willen, — denn deine Geſundheit muß dir theurer

ſeyn,

ſeyn, als Alles, und du verdienſt Verachtung, wenn du deinem Arzte nicht anſtändig, nach deinem Vermögen, dankbar biſt! — Aber darum fliehe jenen Menſchen, weil du doch wohl aus einem ſolchen Marktſchreierbetragen merken kannſt, daß dein Geld ſein erſtes und deine Geſundheit gewiß ſein letztes Augenmerk iſt. Umgekehrt iſt es bei dem guten Arzte, der daher Armen und Reichen mit gleicher Bereitwilligkeit dient. Dieſen kannſt du ferner noch daran erkennen, daß er nicht voreilig prahlt und verſpricht, daß er dich nicht mit Arzeneien überhäuft oder ſie alle Augenblick wechſelt. Er denkt ehe er handelt, und iſt dann ſtandhaft. Er kennt die Wirkungen ſeiner Mittel genau, er kennt aber auch die Kräfte der arbeitenden Natur, und ſcheint oft Nichts zu thun, wenn er eben am verſtändigſten handelt, und die Natur allein wirken läßt. Sein Rath iſt mehrentheils ſchätzbarer, als die gegebenen Arzneien; es iſt der Rath eines treuen wohlmeinenden verſtändigen Freundes, dem es nicht darum zu thun iſt, durch ewiges Flicken an deiner Geſundheit Geld zu verdienen, ſondern dem es Freude macht, wenn dein Wohlſeyn durch ſeinen Rath fortdauernd ſicher geſtellt wird. — Cornaro hatte damals das Glück, ſolche treue verſtändige Freunde in ſeinen Aerzten zu treffen. Sie verſagten ihm Arzneien, und ertheilten ihm ihren Rath: mäßig zu ſeyn. — Wundre dich daher

 nicht,

nicht, oder halte es nicht für ein Zeichen der Unwiſſenheit, wenn dein wackrer Arzt dir oft zu deiner Geneſung Mittel empfiehlt, denen du ſolche Heilkräfte nicht zutraueſt. Gerade iſt es ein Zeichen ſeiner größeren Kenntniß, wenn er ſolche einfache und unwirkſam ſcheinende Dinge, wie z. B. das reine Waſſer oder ſonſt eine Art Speiſe, ſo tief erforſcht hat, um Wirkungen davon zu erwarten, die dich wundern. Es kann daher auch wohl mit ſeiner Gelehrſamkeit beſtehen, wenn er ein vorgeſchlagenes Hausmittel billiget, und ſeine Arzenei willig zurückſetzt. Oft iſt ſeine Arzenei daſſelbe, aber er weiß, wie ſehr ein freudiges Vertrauen zur Geneſung wirken kann, dieſe iſt ſein Augenmerk, und zu edel, um rechthaberiſch zu ſeyn, iſt er gern ohne ſeine Würde zu vergeſſen, nachſichtig gegen ſeinen Kranken, wenn er ihm dadurch nicht ſchadet. Der ſchlechte Arzt tadelt nud verwirft Alles mit Bitterkeit, was er nicht verordnet oder gegeben hat. Hieran kannſt du ihn ſicher erkennen; denn wer Alles und Alles beſſer wiſſen will, iſt gewiß noch ſehr unwiſſend und ſchlecht. Sein liebſtes Geſchäft iſt, ſeine Mitärzte alle zu beläſtern, und am Krankenbette zu prahlen, zu lügen, und Narrenspoſſen zu treiben, wo Niemand ruhiger, ſanfter und beſcheidener iſt, als der gute Arzt. Gern deckt dieſer die Schwächen ſeiner Amtsbrüder zu, und iſt nur dann ohne Schonung, wenn der Kranke, der ſich ihm über-

übergeben hat, durch einen ſeiner Mitärzte in Gefahr gerathen würde; aber auch dann bleibt er ein braver Mann, und erklärt ſeine Mißbilligung frei und öffentlich, ohne Rückhalt, dem unberufenen Verderber ins Angeſicht, ohne pöbelhafte Zänkerei, wie es ſich für einen gelehrten und edeln Mann geziemt.

Das ſicherſte alſo, was ein kranker Menſch thun kann, iſt das: er wähle unter den vorhandenen Aerzten denjenigen, der der rechtſchaffenſte Mann iſt. Er kehre ſich nicht an das Geſchrei von Geſchick, noch weniger daran — das Nichtswürdigſte und Unbedeutendeſte, was man von einem Arzte dieſer Zeit ſagen kann, — wenn es heißt: er hat viel Glück! — Rechtſchaffenheit ſey immer das erſte Merkmal, woran du erkennen kannſt, ob dein Arzt auch gelehrt genug ſey, wenn du dieß nicht zuvor erfahren kannſt. Denn kein ſchlechter böſer Menſch, kein Narr, kann diejenige Wiſſenſchaft erlangen, die zu einem wahren guten Arzte erforderlich iſt. Du haſt geſehen, von welchem Umfange dieſe Wiſſenſchaft iſt, und kannſt leicht begreifen, daß theils ſchon ein fähiger Geiſt dazu gehöre, um ſie zu faſſen, und theils, daß eine nicht geringe Aufklärung der Vernunft, eine reine und ſtrenge Ordnung der Gedanken nebſt vieler Willensgüte nöthig ſey, um ein ſolches Amt zum

Be-

Beſten der leidenden Menſchheit gehörig zu verwalten. Alle dieſe Eigenſchaften laſſen, wo ſie ſind, keine Bösartigkeit zu; kein ſchlechter Menſch kann ſie beſitzen, und Rechtſchaffenheit iſt allemal mit ihnen verbunden, und ihre Folge. Kein ſchlechter böſer Menſch kann daher die zu einem guten Arzte erforderliche Kenntniß, Geſchicklichkeit und Geiſtesgabe haben. Der beſte Menſch wird immer der beſte Arzt, und der beſte Arzt iſt ohne weitere Frage ein guter Menſch.

Anmerk. 8. (§. 6.)

Ueber Naturfehler.

Wenn wir die Natur als das Werk eines unendlich vollkommenen Schöpfers, nicht für einen Zuſammenwurf des blinden planloſen Zufalles, und ihr Beſtehen als Wirkung der ewigwaltenden Obhut jenes höchſten Weſens anſehen und anſehen müſſen; ſo ſpricht unſere Vernunft laut und augenblicklich dagegen, daß es Naturfehler geben könne. Es ſcheint uns offenbar unmöglich und mit der Vorſtellung von dem nie irrenden Schöpfer im geraden Widerſpruche zu ſeyn. — Jedoch wenn wir uns erſt genauer fragen: was ſind Naturfehler? — ſo finden wir bald, daß es ſehr ſchwer für uns ſey, und in vielen

len Fällen gar unmöglich, zu ſagen: Dieß oder Jenes iſt wirklich ein Fehler, und ein Fehler, der in einer mangelhaften Einrichtung der Natur ſeinen unabänderlichen Grund hat. — Allerdings iſt es von jeher des Menſchen Eigenſchaft geweſen, bald hier bald dort Fehler in der Natur der Dinge zu finden, bald hier bald dort unzufrieden mit der Wirklichkeit zu ſeyn, und in Gedanken daran zu meiſtern; allein, wenn man bedenkt wie eingeſchränkt unſer Geiſtesblick über Urſache, Mannigfaltigkeit des Zuſammenhanges und des Zweckes und über die endliche Folge der natürlichen Dinge und ihrer Ereigniſſe ſey, ſo wird uns das Wagſtück unſers Tadels und Meiſterns nicht weniger poſſierlich vorkommen müſſen, als die Kritik jener Fliege in der Fabel, die eines erhabenen Tempels Einrichtung zu meiſtern wagt. Richtig iſt es, daß wir nicht Alles in der Welt und nicht immer es ſo finden, wie wir wünſchen, oder wie wir glauben, daß es ſeyn müßte; dieß thut uns freilich weh, und wir können nicht begreifen, warum es ſo iſt und nicht anders, da uns die Möglichkeit, daß es anders, daß es beſſer ſeyn könnte, gar wohl einleuchtet. Wir werden aber zugleich zu der Frage genöthiget: iſt das Unvollkommene in der Natur, wenigſtens das, von dem wir wirklich einſehen, daß es wider die Regel iſt, aus einem Verſehen des Schöpfers entſtanden, oder

läßt er es abſichtlich entſtehen? — Das Erſte können wir nicht mit ja beantworten ohne unſerer Vernunft zu widerſprechen und die Vorſtellung von einem höchſten Weſen nicht nur gräßlich zu verunſtalten, ſondern ſie gänzlich in uns zu vernichten, — denn ein Weſen, welches Verſehen begehen kann, kann nicht als das höchſte Weſen gedacht werden. Das Zweite aber, die Abſicht des Schöpfers zu ſehen, erfüllt uns leider gewöhnlich mit Muthloſigkeit. Niedergeſchlagen ſtehen wir da, — wenn wir nämlich, nicht etwa bloß leichtſinnige Frager ſind, — und ſchwindeln an einem ſcheinbaren Abgrunde, indem wir undurchſchaubaren Nebel gewahr zu werden glauben. Wenn bequeme Leute uns zurufen: Gott habe gewiß ſeine weiſen Gründe gehabt, daß er Unvollkommenheiten in ſeine Weltordnung gemiſcht habe! — ſo hilft uns ſolch ein tröſtliches Wörtchen Nichts, — und es geziemet auch den Menſchen nicht, ſich dadurch abweiſen und zum Stillſchweigen bringen zu laſſen; — das wiſſen wir und glauben es, daß Gott ſeine hinreichende Gründe gehabt haben müſſe, aber wir wollen wiſſen: welche! wir wollen den Zweck kennen, wozu das Uebel in der Natur iſt! und dieſe Frage, dieſes unnachläſſige Forſchen kann nur von faulenzenden Geiſtern für Hochverrath und ſträfliche Keckheit ausgeſchrieen werden, es macht dem Menſchen

Eh=

Ehre, es iſt ſeine Pflicht, und wird und muß ihn auf irgend eine Weiſe reichlich belohnen.

Iſt es denn aber wirklich ſo ſchwer, in dieſem Dunkel ein Licht, einen Leitſtern, zu finden, und uns über die Abſicht Gottes bei Zulaſſung der Unvollkommenheiten in der Welt zu beruhigen? — Nein! es iſt nicht ſo ſchwer.

Zuvörderſt können wir nicht umhin, einzugeſtehen, daß alle Uebel, alle Unvollkommenheiten, die uns in der Natur aufſtoßen, zuverläſſig für den Urheber der Natur, keine Uebel, keine Unvollkommenheiten ſind, ſondern lediglich für uns. — Wir müſſen ferner bald einſehen, daß bloß unſere eigene, uns durch unſere Schuld zugezogene Unvollkommenheit Urſache ſey, daß wir in der Natur Dinge und Ereigniſſe für Uebel und Unvollkommenheiten halten, die es im Grunde gar nicht, auch nicht für andere Geſchöpfe, ſondern bloß für uns Menſchen allein ſind. Dahin gehören alle Dinge, zu deren Abänderung wir ſchlechterdings Nichts beitragen können, und welche für ein Uebel zu halten, bloß unſere eigene Unvernunft uns verleiten kann, anſtatt daß wir uns klüglich und gehorſam fügen und gewöhnen ſollten, ſo zu ſeyn und zu leben, um von jenen Naturnothwendigkeiten keinen Schaden und kein

Un-

Ungemach zu leiden, deren Nothwendigkeit wir anerkennen müſſen, weil wir ſie nicht abändern können, und von deren Endzweck wir oft nur das einſehen, daß er nicht der ſey, uns zur Abänderung derſelben und dadurch zur Ausbildung unſerer Kräfte zu reizen. Alle unabänderliche Ereigniſſe der unbeſeelten Natur, Hitze und Froſt, Dürre und Ueberſchwemmung, verheerende Wetter, Stürme, und Erdbeben, — wollten wir alle ſolche Dinge für Fehler und Unordnungen in der Natur ausſchreien, ſo könnten wir den ſchändenden Namen, Narren nicht eher los werden, bis wir die Nichtnothwendigkeit jener Dinge erwieſen, bis wir den Zweck davon deutlich und ganz erkannt, in allen ſeinem großen Umfange erkannt, und dargethan haben, daß dieſer Zweck für jene Mittel zu klein, oder durch ſanftere erfreulichere Mittel hätten erreicht werden können. Eben dieß würden wir uns ſagen müſſen, wenn wir es als einen Fehler in der Natur anſehen wollten, daß wir nicht ewig jung bleiben, daß unſere Kräfte ſchwächer, daß wir alt und hinfällig werden, und unvermeidlich einer Stunde des Todes entgegen gehen. — Hier haben wir nichts Anderes zu thun, als einzuſehen, daß die Vertilgung dieſer Dinge in der Natur für uns ſchlechterdings unmöglich ſey, daß wir folglich gar nicht einmal weder Fähigkeit noch Recht haben, zu urtheilen, ob es überhaupt

haupt auch möglich ſey, daß jene uns unangenehmen Dinge aus der Reihe der übrigen abweſend ſeyn können. Wir müſſen ſie anſehen, als abhängig von ſolchen Rathſchlüſſen der Gottheit, die für uns viel zu weitumfaſſend ſind, als daß wir ſie verſtehen könnten; aber es iſt zugleich uns nicht nur erlaubt, ſondern unſere Pflicht, darüber nachzudenken, ob wir nicht Mittel erfinden können, — nicht jene Dinge wegzuſchaffen, — ſondern uns ſelbſt ſo zu ſetzen, daß wir bei ihrem unvermeidlichen Kommen und Daſeyn nicht leiden, nicht unglücklich ſind. — Und ſiehe da! welche Erhabenheit, welch ein Funken göttlicher Herrlichkeit iſt dem Menſchen gegeben, und ſchimmert dann und wann aus ihm hervor! Was hat er nicht Alles ſchon erſonnen und gethan, um ſich ſo zu befinden, daß er von jenen nothwendigen Naturdingen nicht gefährdet wird, — daß er ſicher wohnen, vor Hitze und Kälte, vor Sturm und Fluthen, daß er dem Blitze zurufen, hieher und nicht dorthin, — daß er den Tod ſogar als einen Freund und Wohlthäter anerkennen und erwarten kann! — O, er wird ohne Zweifel noch viel mehr können! Warum ſollten wir die Hoffnung nicht haben, daß der Menſch endlich Mittel finden werde, unter allen unabänderlichen Eigenſchaften und Ereigniſſen der Natur unangetaſtet und glücklich zu ſeyn, ſo daß er aufhören wird, jene Ereigniſſe

für Fehler zu halten, und daß ihm Nichts übrig bleiben wird, als ſie zu bewundern und Vortheil aus ihnen zu ziehen! —

Allein es gibt andere Dinge unter denen, die der Menſch für Naturfehler ausſchreiet, Dinge, von denen er ſehr wohl und leicht einzuſehen im Stande iſt, daß ſie gewiß wider die Regel ſind, daß ſie wohl abgeändert werden könnten und ſollten. — Wie aber! — ſollte wohl unter allen dieſen Dingen ein einziges ſeyn, welches der Menſch ſelbſt nicht abzuändern im Stande wäre? — Ich glaube, daß ich auch nicht ein einziges kenne, und daß der Menſch im Stande ſey, ſie ſämmtlich abzuändern, zu verhüten, unddie mehrſten davon aus derReihe Dinge wegzutilgen! — Das wäre ſehr herrlich, — aber es wäre auch wohl ſehr wahrſcheinlich, daß dieſe Widernatürlichkeiten entweder um des Menſchen willen, oder durch den Menſchen, ihr Daſeyn hätten.

Was finden wir nun da für Dinge, für Fehler der Natur? — Moraliſche und körperliche. — Unſere eigene moraliſche Unvollkommenheit, — unter allen Naturfehlern derjenige, der uns am nächſten angehet, und uns das mehrſte und bitterſte Ungemach bewirkt, iſt, als Verſtandesſchwäche, nicht durch uns da, aber ſie iſt da dieſe Mangelhaftigkeit, damit wir die unſchätzbare die-

Glückſeligkeit genießen ſollen, ſelbſt unſre Helfer zu ſeyn. Als böſer Wille, als Neigung zur Nichtachtung des inneren Geſetzes über Recht und Unrecht, betrachtet, iſt dieſe Unvollkommenheit nur durch uns ſelbſt da. Sie iſt nur zugelaſſen, aber nicht gegeben; — denn das innere Geſetz nur iſt uns gegeben! — Allein auch dieſe Zulaſſung iſt geſchehen, damit wir allein uns ſelbſt, und keinem Weſen außer uns, ſelbſt nicht der Gottheit, die Wegſchaffung dieſes Uebels verdanken und eben dadurch über alle Maßen erhöhet, gekräftiget und beſeliget werden ſollen. Unmittelbar kommt uns bei dieſem Geſchäfte keiner zu Hülfe, weder Gott, noch die Natur; wohl aber, und ſehr kräftig, mittelbar: durch das innere uns gegebene, unbeſtechliche Geſetz, und durch die moraliſche Weltordnung, worin das Böſe mit der Glückſeligkeit nicht beſtehen kann.

Körperliche Naturfehler, können nur, — wie auch Cornaro hier verſteht. — ſolche Uebel oder übele Anlagen ſeyn, deren Daſeyn demjenigen, der ſie hat, und unter ihnen leiden muß, nicht zugeſchrieben werden können. — Angebohrne widernatürliche Schwäche, Misgeſtalt, Krankheit; — o! ja, es iſt entſetzlich, es iſt Herz erſchütternd und zerreiſſend, zu ſehen, daß dieſe Uebel da ſind, und nur der Gedanke kann uns einigermaßen beruhi-

beruhigen: daß höchſt wahrſcheinlich diejenigen armen Weſen, die ohne ihre Schuld mit ſolchen Gebrechen zur Welt kommen, bei weiten das nicht leiden, was wir glauben, oder was derjenige, der nicht ſo zur Welt kam, leiden muß, wenn er durch eigene Schuld ſich ſolche Uebel zuzieht.

Cornaro ſagt nun, daß ſolche Fehler, die dann vorzüglich eine kurze Lebensdauer zur Folge haben, ſich durch Kunſt verbeſſern laſſen. Das iſt richtig und iſt Pflicht, ſowohl für diejenigen, die mit ſolchen angebohrnen Naturfehlern behaftet ſind, als auch, und noch vielmehr für diejenigen, die die Urſache jener Uebel waren, — für die Eltern. Die Kraft dieſer Verbeſſerungskunſt, — welche aber große Aufmerkſamkeit, und nicht ſowohl Arzeneien, als ein ſehr wohlgeordnetes der Natur und Vernunft ſtreng untergeordnetes Leben erfordert, — iſt wirklich ſehr groß, und es kann dadurch dem ſchwächlichen und mit der Anlage zu großen gefährlichen Krankheiten gebohrnen Sohne gelingen, viel länger zu leben, als ſein Vater, der viel geſunder gebohren, aber ein vom Wege der Natur abweichender Wandrer war. So langſam ſich den erblichen durch viele Geſchlechter ſich fortſchleichenden Uebeln, — der Gicht, der Schwindſucht, u. dgl., — endlich Grenzen ſetzen, und wenn wir es deutlicher und allgemeiner werden

ein=

eingeſehen haben, daß es der Wille Gottes oder ſeine Zulaſſung, daß ungeſunde, verkrüppelte, misgeſtaltete Kinder gebohren werden, nur in ſo ferne ſey, um uns durch ſolche zu Zeiten gegebenen Warnungen aufmerkſam darauf zu machen, was geſchehen könne und werde, wenn wir widernatürlich leben, — wenn, ſage ich, dieß erſt ein allgemeiner Glaube ſeyn wird, ſo haben wir die Kunſt in Händen, alle jenen Naturfehler, worüber wir jetzt ſo viel Betrübniß haben und ſo laute als ungerechte Klagen erheben, aus der Reihe der Wirklichkeiten zu verbannen; denn die Kunſt dieſes Verbannens iſt uns ganz allein überlaſſen.

O, es kann, es muß, es wird noch viel geſchehen, und wir werden aufhören, dereinſt — — wer wollte ſolche Hoffnung nicht haben, — an Naturfehler zu glauben, und aufhören, ſie zu finden.

Anmerk. 9. (§. 7.)

Warnung bei Cornaro's ſchneller Beſſerung.

Alle Verbrecher gegen die Geſetze der Natur und der Vernunft, beſonders die in den Ketten der Wolluſt eingeſchlummerten Sklaven, wenn auch einbrechende Uebel ſie erinnern, aufzuſtehn, pflegen ſich mit der verderblichen Hoffnung zu ſchmeicheln,

daß es noch Zeit genug ſey. Es ließe ſich hören, wenn ſolche Menſchen nur ſich ſelbſt davon unterrichten könnten, wie viel ſie eigentlich ſchon an ſich verdorben hätten. Dazu aber würde eine große Aufmerkſamkeit auf ſich ſelbſt nöthig ſeyn, die doch wohl in der Welt kein Menſch weniger hat, als ein in den Tag hinein ſchwärmender Schwelger und Wollüſtling. — Cornaro that deßgleichen, und hatte lange kein Ohr für die Stimme ſeiner rechtſchaffenen Aerzte und die Ermahnung ſeiner Vernunft. Kein Ei iſt dem andern ſo ähnlich, als in dieſer Aufſchiebeſucht ein Wollüſtling dem andern. Aber ganz natürlich! Ein wüſtes Schwelgerleben benimmt ſeinen Sklaven allen Muth, irgend etwas zu thun, was nicht unmittelbar mit Vergnügen und Wolluſt die Sinne füllt. Ja zuletzt fehlt es ihnen ſogar an der Kraft eine Wolluſt, die ihnen auch noch ſo herrlich und einzig vorkommt, zu erreichen, wenn ſie einiges wagen, einige Anſtrengung daran wenden müſſen, ihrer theilhaftig zu werden. Sie werden immer unedeler, und behelfen ſich gern mit dem Schlechteſten, wenn es nur Wolluſt und ohne Mühe iſt. — Indeſſen enteilt ihnen ein Tag nach dem andern, die ewigen Geſetze der Dinge ſtehen feſt, die unzerſtöhrbare Ordnung der Welt hält ihren richtigen Gang, und die Natur erwacht endlich als Rächerin der verachteten Vernunft. Wer nicht hören wollte, muß endlich fühlen.

len. Dann, o dann, wenn die Strafen der Unvernunft eintreten, — die Geſetze der Vernunft und Natur ſollen uns ja gut und glücklich machen, und thun es auch, alſo muß ja die Verletzung dieſer Geſetze uns nothwendig ſchlecht und unglücklich machen, — dann wird die zur Strafe gezwungene Natur angerufen, Hülfe zu ſchaffen, dann ſollen Arzt und Arzeneien oft wahre Unmöglichkeiten thun, die verſchwendete Jugend und ihre Kräfte wieder herſtellen, und die Geſetze, die Ordnung der Natur, umkehren und vernichten! Dann wird angelobt und beſchloſſen, anders zu leben, dann bekennt man, daß man ein Thor war. Aber dieſe Bekenntniſſe und Gelübde ſind mehrentheils Aeußerungen eines Betrügers, der ſeiner Narrheit dadurch die Krone aufſetzt, daß er es unternimmt, Gott und die Natur zu hintergehen, und ſein Verlangen nach Hülfe iſt nur zu häufig vergebens. — Es gelingt nicht allen ſo, wie es Cornaro gelang. Es gibt Menſchen wie ich auch ſchon in der zweiten Anmerkung geſagt habe, die, durch die Vortrefflichkeit ihres körperlichen Weſens geſchützt, außerordentlich viel wagen und ausſtehen können, ohne nur halb ſo viel Schaden zu leiden, als Andere. Cornaro war gewiß ein ſolcher Menſch. Er gibt zwar kein beſtimmtes Verzeichniß ſeiner Ausſchweifungen; wenn man aber vermuthen muß, daß die eigentliche innere Einrichtung ſeines Körpers

vortrefflich, obgleich, wie er ſelbſt ſagt, ſchwächlich war, ſo läßt ſich aus den, trotz dieſer vortrefflichen innern Kraft ſeines Körpers, erfolgten Uebeln, ferner vermuthen, daß ſeine Ausſchweifungen nicht gering geweſen ſeyn müſſen. — Unbeſchreiblich iſt die Kraft der Mäßigkeit; aber wenn Wüſtlinge überhaupt auf die ſchnelle Geneſung dieſes Mannes ihre Hoffnung gründen wollten, ſo möchte dieß wohl eine der thörigſten Hoffnungen ſeyn. Die Unmäßigkeit hat unzählbare Stufen, und iſt ſo verſchieden, wie die Naturen der Menſchen ſelbſt; es läßt ſich daher nie ſagen: bis dahin kann man unmäßig ſeyn, dann iſt noch Hoffnung zur Herſtellung übrig. Leider iſt oft bei einigen Menſchen, die vielleicht nicht halb ſo unmäßig ſind, als andere, keine Herſtellung ihrer Geſundheit mehr möglich, wenn es den andern noch gelingt. Kann nicht morgen eine Gelegenheit für den Unmäßigen ſich zeigen, wo er beſonders ſeiner Unart nachhängt? kann dieß ſeiner untergrabenen Geſundheit nicht den letzten und tödtlichen Stoß geben? Kann nicht ein Zufall eintreffen, der Urſache an der Verletzung eines zum Leben unentbehrlichen Eingeweides, der Lunge, der Leber und dergleichen wird? — Auch dem Mäßigſten würde dieß nachtheilig ſeyn, dem Unmäßigen aber ein unerſetzlicher Schaden. Es gibt Menſchen, die z. B. in ihrem Innern, durch elterliche Fortpflanzung, alle Anlage zur Schwindſucht,

ſucht, zur Steinplage, zur Gicht haben, durch ein ordentliches mäßiges Leben aber die Neigung dazu glücklich überwinden. Solche Menſchen dürfen gewiß nur halb ſo viel und halb ſo lange unmäßig leben, als ein Anderer, der jene Anlage nicht hat, und ſie ſtürzen ſich in ein Elend, aus dem auch die Mäßigkeit ſie nicht mehr erretten möchte, wenn ſie gleich das thut, daß ſie ihr Elend erleichtert. Cornaro ſelbſt gibt uns zu bedenken, wie viel älter er hätte werden können, wenn er nicht durch ſeine ehemalige Unmäßigkeit ſeiner Geſundheit und Lebenskraft ſo unerſetzlichen Schaden gethan hätte. Freilich konnte er ſich glücklich preiſen, daß ſeine Rückkehr zur Vernunft noch nicht zu ſpät geſchah, und von ſo vielen guten Folgen begleitet wurde; aber wie traurig muß es ſeyn, wenn man ſich zu dieſer Rückkehr entſchließt und nun dennoch finden muß, daß ſie zu ſpät ſey, wenn alle Ordnung und Mäßigkeit dem unaufhaltſamen Elende des Lebens nur eine kümmerliche Hülfe entgegen ſtellen können, ſo kümmerliche, als Arzeneien, — und wenn man dabei ſich des trüben verfolgenden Gedankens nicht erwehren kann, daß alle dieß Leiden nicht ſeyn würde, wenn man eher gehört und früher umgekehrt wäre! — O, wer, der glücklich und lange leben will, wird noch zaudern, zu thun, was er ſoll? — Nicht immer gehen warnende Zeichen

vorher; unmerklich wächſt oft das geheime Verderben und in dem ahndungsloſeſten fröhlichſten Augenblicken ſtürzt plötzlich alle Herrlichkeit des Lebens dahin, und unbezwingbares Elend über den ſichern Meuchelmörder ſeiner Geſundheit her!

Anmerk. 10. (§. 8.)

Ueber kaltes Getränk.

Unſer Cornaro ſagt, daß er ſich des kalten Getränkes enthalten habe, und es könnten Manche glauben, als habe er kaltes Getränk überall für ungeſund gehalten. Sie müſſen aber bedenken, wer hier redet; ein Mann, deſſen Geſundheit ſehr zerrüttet war, der Manches nicht vertragen konnte, was ein Anderer ſehr leicht verträgt; der bloß von ſich jetzt ſpricht, und hin und wieder deutlich genug erinnert, daß man, in Abſicht der Art der Nahrungsmittel, gar nicht nöthig habe, ihn zum Muſter zu nehmen. Wahrſcheinlich meynt er auch nur das eiskalte Trinken; da es ſich nicht vermuthen läßt, daß er ſeinen Durſt mit warmen Getränken werde gelöſcht haben. Kaffee und chineſiſcher Thee, womit von unſern jetzigen Narren und Närrinnen ſo manche ihren Durſt den Tag über lediglich zu ſtillen pflegen, kamen erſt ein Jahrhundert nach ſeinem Tode zu uns. Er kannte beide und ihre Folgen nicht.

Es iſt dem Menſchen natürlich, eine ſo beißende Kälte, wie Eis oder Schnee hat, zu vermeiden, und ſich dagegen zu verwahren; aber die Wolluſt des Gaumens, die gar oft alles Natürliche umkehrt, und die Menſchen antreibt, in allen Reichen der Schöpfung umher nach Genuß zu ſpüren, leitete ſie auch zum Eiſe. Einwohnern heißer Länder war es nicht zu verdenken, wenn ſie ihren Wein im Eiſe kühlten, aber die immer heißen Kehlen der Schwelger verlangten auch das Eis ſelbſt. Mancher üppige Weichling, der bei einem kalten Winterhauche ſterben will, ſchluckt ſein mancherlei Gefrornes mit einer Labung, worüber Einer, der's nicht verſteht, erſtaunen muß. — Eine ſolche den Magen angreifende Kälte mußte natürlich den ſchwachen Magen Cornaro's nachtheilig ſeyn. — Aber kalt, und nicht warm, muß der Menſch trinken. Kein unverdorbener durſtender Menſch ſehnt ſich nach warmem Getränke. Die Empfindung des Durſtes, die aus einer Trockenheit des Schlundes entſteht, iſt immer mit einer Art Wärme verbunden, die ſich oft durch den ganzen Körper bis zur Hitze ausbreitet, und das Bedürfniß der Kühlung anzeigt. Den großen Labetrank für alle ſeine Geſchöpfe, das Waſſer, ſchuf Gott kalt. Je trinkbarer, je reiner, je angenehmer es iſt, — das Waſſer des friſchen natürlichen oder künſtlichen Quells, — deſto kälter iſt es auch. Dieſe Kälte, ſo

ſo wie ſie das trinkbare Waſſer hat, iſt dem Magen nie ſchädlich, es ſey denn, daß ein Menſch, der ſich äußerſt erhitzt, und ohne dieß ſchon einen etwas geſchwächten oder mit Unreinigkeiten überladenen Magen hat, plötzlich zu viel ganz kaltes Waſſer tränke. Hier könnten wohl einige krampfhafte Beſchwerden entſtehen, die man, wenn ſie auch gleich nicht viel zu bedeuten haben, doch dadurch verhüten kann, wenn man langſam trinkt. Die Regel im gemeinen Leben, daß man erſt etwas Brod eſſen ſoll, iſt nicht durch das Brod, ſondern durch die während dem Eſſen entſtehende Beruhigung des heftig bewegten Körpers von Nutzen. Jeder plötzliche Uebergang von Ruhe zur Bewegung, von Bewegung zur Ruhe, iſt nicht gut. Ein zu plötzlicher und zu ſtarker Genuß von kaltem Getränke bei ſehr erhitztem Körper iſt auch eine Unmäßigkeit. Der Magen ſteht mit der äußerlichen Haut des Körpers in großem Zuſammenhange, und es erfolgt auf eine ſo ſchnelle und ſtarke Abkühlung oft ein allgemeines Fröſteln, ein allgemeiner Hautkrampf, wodurch die Ausdünſtung plötzlich unterdrückt wird. Sind nun gerade ſcharfe Theile in den Säften, — wie durch übermäßige Erhitzung im Blute ſchon von ſelbſt entſtehen, — und wird die Ausdünſtung nicht bald wieder hergeſtellt, oder ſtatt ihrer der Abgang des Harns vermehrt, ſo können dadurch allerdings nachtheili-

lige Folgen bewirkt werden. Der Abgang des Harns wird aber bei unterdrückter Ausdünſtung allemal gewiß von der Natur vermehrt und bewerkſtelliget, wenn nur in Magen und Gedärmen keine reizenden Unreinigkeiten ſind, die dieß verhindern. Bei mäßigen Menſchen ſind dieſe nicht vorhanden.

Anmerk. 11. (§. 10.)

Ueber Luft, Hitze, Kälte, Wachen, Schlaf, Beiſchlaf, Affekten und über die ſogenannte ſchwarze Galle.

Dieſer Abſchnitt in Cornaro's Schrift gibt mir Gelegenheit, über verſchiedene Dinge, die darin vorkommen, und über die ſo viele Menſchen, zum Schaden ihrer Geſundheit, irrig denken, einiges zu ſagen; doch nur Einiges. Etwas habe ich in dem Büchlein über den Magenkrampf ſchon geſagt; umſtändlicher habe ich in dem immerwährenden Geſundheitskalender darüber geredet.

Die Luft iſt zum Leben und Wohlſeyn des Menſchen eben ſo unentbehrlich, als Eſſen und Trinken, ja, er kann ſie bei weitem nicht ſo lange miſſen, als die Speiſen. Sie ſpannt beim Einathmen die Lunge aus, wodurch der Umlauf des Blutes befördert wird. Die Lunge beſteht zum

Theil

Theil aus Blutgefäßen, die in unzählige Aeſte zertheilt ſind. Der Milchſaft aus den verdaueten Nahrungsmitteln kommt zuerſt, durch ſeinen eigenen Gang, und nach und nach, in ein Blutgefäß, oben in der linken Seite der Bruſt, von da gerade in die eine Höhle des Herzens. Mit dem Blute vermiſcht, aber noch ſelbſt nicht wahres Blut, wird er von dem Herzen durch eine ſtarke Pulsader in die unzähligen Aeſte derſelben in die Lunge getrieben, um hier durch die genauere Miſchung wahres Blut zu werden. Die Kraft des Herzens würde aber doch nicht im Stande ſeyn, das Blut in den Adern der zuſammengefallenen Lunge fortzutreiben; es iſt dazu das Ein- und Ausathmen der Luft nöthig, wodurch die Adern der Lunge immer in ſolche Lage kommen, daß das Blut hindurch kann. Die Luft bewirkt dieß durch ihre eigenthümliche ausſpannende Kraft, die ſie aber verliert, wenn ſich zu viele ſchwere Theile in ihr befinden. Eine mit Dämpfen und Dünſten überfüllte Luft taugt zum Odemhohlen nicht, iſt in engen mit Menſchen angefüllten Gefängniſſen, in lange vermauerten Gruben, oft tödtlich geweſen. Menſchen, die, viele zuſammen, in Einem Zimmer wohnen, Dünſte erregende Arbeiten treiben, oft unreinlich dabei ſind, werden elend und krank, weil bei ſchlechter Luft ihr Blut auch ſchlecht und roh bleibt. Mancher Weichling hat ſein ewiges Kränkeln oft bloß ſeinem Stuben-

ſi-

ſitzen und ſeinen immer verſchloſſenen Fenſtern zu danken. — Aber nicht bloß zum beſſren Umtriebe des Blutes iſt das Einathmen der Luft nöthig; ſie nimmt auch beim Ausathmen viele feine flüchtige Schärfe, die ſich in unſern Säften, während dem Umlaufe derſelben erzeugt, mit fort, und reiniget alſo unſer Blut. Eben dieß thut ſie auf der Oberfläche unſers Körpers, wo ſie durch ihren ſanften Druck die Haut reizt, die Ausdünſtung befördert und hinwegführt, die Haut reiniget und ſtärkt, wodurch der ganze Körper ſich wohl befindet. Dieſe ſtärkende Kraft der Luft iſt außerordentlich. Viele Kranke werden, wenn auch die Krankheit ſelbſt gehoben iſt, nicht eher wieder munter und ſtark, bis ſie ſich in die freie Luft machen. Schwach und wankend gehn ſie oft aus, und kommen heiter und raſch zurück. Das Berühren eines ſo weichen Elements iſt den Nerven ſo wohlthätig, und die dadurch verurſachte Beförderung der Ausdünſtung und Abkühlung des Körpers von ſo angenehmen Folgen, daß Leuten, die vom Mangel des Schlafes gequält werden, oft kein beſſeres Mittel gerathen werden kann, als ſich der freien Luft auszuſetzen. Man ſehe mit Augen dieſe erquickende Wirkung an jungen Kindern, die im Zimmer und in ihrer ängſtenden Wiege ſchreien und wachen, und ſogleich in der freien Luft ſüß einſchlafen. Schnelle Bewegung der Luft, oder Wind, nimmt die Ausdün-

dünſtung noch ſchneller hinweg. Man wird hungrig und müde; das iſt kein Uebel.

Wärme iſt uns wohlthuend, ſie macht geſpannte Haut weich und nachgebend, daher erhalten die Säfte, vorzüglich durch die in ihnen enthaltene ausdehnende Luft, eine gewiſſe Anſchwellung, die Adern erheben ſich, und ein angenehmes Gefühl von Fülle breitet ſich durch den Körper aus. Iſt aber die Wärme zu anhaltend, oder wird ſie Hitze, ſo erſchlafft ſie endlich den Körper, das Blut kommt in zu ſtarken Umlauf, ſeine flüſſigſten Theile werden fortgetrieben, es wird in der Lunge nicht abgekühlt und nicht hinlänglich gereiniget, der ganze Körper empfindet Schwere und Laſt. Vollſäftige Leute leiden beſonders. Iſt die Hitze mit Dünſten und Feuchtigkeit verbunden, ſo erſchlafft ſie um deſto mehr, und macht den Körper zu allen Verrichtungen träge. Der Mangel der Eßluſt unter ſolchen Umſtänden gibt uns zu erkennen, daß wir wenig Nahrung nöthig haben, alſo auch nur wenig genießen ſollen. Befolgen wir dieſen Wink, ſo hat die Hitze weiter keinen nachtheiligen Einfluß auf uns; folgen wir nicht, und ſind wir gar unmäßig, ſo müſſen wir leiden.

Kälte iſt unſerm Gefühle unangenehm, — aber nur ſo lange, als wir ſie nicht mäßigen können. Wo das Herz friſch arbeitet und innerliche Wärme durch den Körper, vermöge eines raſchen Blutumlaufs, verbreitet, da iſt Kälte von außen nicht unangenehm. Kinder ſind daher gern in kälter Winterluft. — Kälte macht, daß ſich die Haut, die ſie berührt, zuſammenzieht, welches ſich oft durch den ganzen Körper verbreitet. Daher werden beſonders die Blutgefäße an der Oberfläche des Körpers enger, das Blut hat nun in ihnen mehr Widerſtand, und äußert ſeine Kraft mehr nach innen. Die Ausdünſtung wird ſehr gehemmt, aber der Abgang des Harns deſto mehr befördert. Alle Abſonderungen guter und untauglicher Säfte gehen in dem Körper häufiger von Statten, weil durch die äußerliche Haut, weniger ab- und ausgeſchieden wird. Es wird mehr Galle bereitet, es kommt eine größere Menge Magenſaft in den Magen, — welches mit eine Urſache iſt, daß wir zu ſolcher Zeit mehr Eßluſt haben, — die Drüschen in der Naſe, im Schlunde, in der Luftröhre und Lunge ſondern mehr Schleimſäfte ab. Das aber iſt alles natürlich und unſchädlich, wenn man nicht durch Unmäßigkeit in allen Dingen dieſe abſondernden Theile, oder den Körper überhaupt, in Unordnung gebracht und geſchwächt hat. Dann geht freilich Alles verkehrt, dann kann Kälte zu böſen

Krankheiten Gelegenheit geben, von denen der Mäßige gar nicht angerührt wird.

Man behauptet, nicht mit Unrecht, daß Kälte den Körper ſtärke. Dadurch, daß ſie die äußere Haut geſpannter macht, und den Kreislauf des Blutes innerhalb vermehrt, daß ſie der Lunge eine größere Thätigkeit gibt, wodurch in dieſer das Blut beſſer ausgearbeitet werden kann, dadurch befördert ſie allerdings die Stärke und Munterkeit, und indem ſie die Ausdünſtung mildert, und die Eßluſt, nebſt der Verdauung, mehrt, gibt ſie Gelegenheit zum Zunehmen und ſogar zum Fettwerden des Körpers, wie wir dieß bei manchen Leuten zur Winterszeit bemerken. Aber die Kälte muß nur nicht zu ſtark, oder zu anhaltend und herrſchend ſeyn. Alsdann lähmt ſie die Gefühls- und Lebenskraft des Menſchen. Man kann dabei zwar geſund ſeyn, aber nie ein ganz ausgebildeter Menſch werden, ſowohl am Leibe als am Geiſte. Die Bewohner der kalten Erdgegenden ſind kümmerlich und roh; ſelbſt Pflanzen zeugen davon, und die Tanne, die im Thale majeſtätiſch empor ſtrebt, iſt auf dem Gipfel des kalten Gebirges elendes Krummholz. — Es iſt dem Menſchen nicht zu verdenken, wenn er das Mittel zwiſchen Kälte und Hitze vorzieht, aber es iſt zu bedauren, wenn er nicht auch beides ohne Schaden ertragen kann. So wenig der Mä-

ßige

ßige von der Hitze Schaden leidet, eben ſo leicht verträgt er auch Kälte. Sie kann ihm keinen Nachtheil bringen, denn ſeine Säfte ſind rein, und da ſein Blut frei und ungehindert ſich durch alle Gefäße bewegt, da ſein ganzer Körper muntrer und beweglicher iſt, ſo kann er viel länger ohne Beſchwerden oder Erſtarrung in ſtrenger Kälte dauern, als der träge, aufs beſte vermummte, Wollüſtling.

Der Menſch, wenn er in der Welt fort will, wenn er es gut darin haben, und geſund ſeyn will, muß arbeiten; folglich mehr wachen, als ſchlafen. Wer wach iſt, ohne zu arbeiten, träumt gewiſſermaaßen nur. Wachen und Arbeiten, mit dem Leibe oder mit der Seele, iſt eigentliches Wachen. Arbeit oder, gleich viel, Wachen, erſchöpft die Kräfte des Menſchen, die Muskeln werden endlich ſchwach und gelähmt, und verſagen ihre Dienſte; die Denkkraft wird zuletzt träge und betäubt. Die ganze Maſchine wird auf eine Zeitlang abgenutzt, und ihrem Tode dadurch gewiſſermaßen genähert, gleich einer Blume, die von der Hitze des Tages ihre Blätter welk niederhangen läßt. Man könnte ſagen, es würde deßhalb zum langen Leben beſſer ſeyn, mehr zu ſchlafen und zu ruhen, als zu wachen und zu arbeiten. Aber ſo wenig zu lange Nacht und zu vieler Thau das Gedeihen der Blume befördern würde, — ſie würde vermodern, —

eben ſo wenig hilft zu viel Schlaf und Ruhe das Leben verlängern, — der Menſch würde Faulheit und Fäulniß davon tragen. Die Blume muß Tag und Sonne, und Kühlung und Thau haben, der Menſch muß wachen, arbeiten, ſich erſchöpfen, dann ſchlafen, ruhen, ſich erquicken, — Alles zur rechten Zeit, Alles mit Maß und Ziel.

Aber es ſteht nicht immer in der Gewalt des Menſchen zu ruhen und zu ſchlafen, wann er will. Seine oder Anderer bürgerliche Wohlfarth macht es ihm oftmals zur Pflicht, die Stunde des Schlafes überhingehen zu laſſen, und bisweilen mehrere Nächte zu wachen. Daß muß den ganzen Menſchen freilich ſehr angreifen, und man kann, nach einer oder mehr durchwachten Nächten, beſonders gegen Tagesanbruch, die gewaltige Abſpannung aller Kräfte recht deutlich fühlen. Das Wachen erhitzt, durch die fortgeſetzte Thätigkeit aller Kräfte, das Blut, — denn, wenn man auf ſich Acht geben will, ſo kann man bemerken, daß des Abends der Pulsſchlag ein ganzes Theil geſchwinder iſt, als am Morgen, nach einem ruhigen Schlafe. Durch die Abnutzung der Kräfte, beſonders der edelern Nervenkraft, wenn der Geiſt ſehr beſchäftiget war, wird Eßluſt und Verdauung geſchwächt, die Ausdünſtung unterdrückt, und manche Unordnung im Körper erregt. Man fröſtelt fie=

fieberhaft, man hat krampfige Anfälle, Gähnen, Recken, und dergleichen. Das Blut häuft ſich in den innern und weichen Theilen, dem Gehirne, der Lunge, den Eingeweiden des Unterleibes, man bekommt endlich, beſonders wer dazu geneigt iſt, Kopfſchmerzen, ein beſchwerliches Odemhohlen, befindet ſich kränklich und unmuthig. Je empfindlicher und reizbarer ein Menſch iſt, deſto ſichtbarer werden die Wirkungen des langen Wachens, an ihm; denn es gibt Menſchen, die es ohne ſonderliche Beſchwerde ziemlich lange aushalten können, ſie ſind aber mehrentheils auch ziemlich ſtumpf in ihren Gefühlen, und denken nicht viel. Durch übertriebenes Wachen geräth endlich das ganze Nervengebäude in ſolche widernatürliche Thätigkeit, daß zuletzt nicht einmal, wenigſtens nicht gleich, wie man wünſcht, der Schlaf erfolgen will. Es entſtehen oft ſchleichende, Fieber und nicht gar ſelten Wahnſinn daraus. — Es hat hingegen Leute gegeben, Gefangene, denen, durch Tirannei ihrer Herren, der Schlaf auf lange Zeit entriſſen wurde, und die es doch ohne Nachtheil ihres Lebens ertrugen; aber ihre ſtrenge aufgedrungene Lebensart im Eſſen und Trinken verurſachte dieß vorzüglich mit. Die Gewohnheit thut freilich viel, aber ohne Mäßigkeit gar nichts in ſolchen Fällen. Wer daher genöthiget iſt, lange zu wachen, der laſſe das Geſetz der Mäßigkeit im Genuß ſein erſtes

Augenmerk ſeyn, und ſchwäche ſich durch keine Sache weiter, da er ſchon durch das Wachen ſich ſchwächen muß. Wer da glaubt, daß er ſich in ſolchen Fällen durch Nahrungsmittel, oder reizende Dinge, erſt recht ſtärken müſſe, beſonders wenn kein wahrer Hunger, kein wahrer Trieb, ſondern ein falſches Vorurtheil dazu auffordert, wie dieß der gewöhnlichſte Fall iſt, — der irrt zu ſeinem Schaden gar ſehr. Man laſſe ja den Magen in Ruhe, wenn der ganze übrige Körper und beſonders das Gehirn und die Nerven, ſo ſehr in Thätigkeit ſind. Er kann alsdann nicht ordentlich verdauen, und da man gewöhnlich keine bloß milden Nahrungsmittel, ſondern ermunternde, ſcharfe, gewürzige Dinge wählt, — weil jene nicht behagen wollen, — ſo wird das Blut, daß ohnedieß ſchon erhitzt iſt, noch mehr erhitzt, und verderbt. Je ruhiger, je mäßiger ein Menſch, der wachen muß ſich verhält, deſto länger kann er ausdauern, deſto leichter kommt, deſto erquickender und ſtärkender iſt, wenn er nun ſchlafen darf, ſein Schlaf, der das Alles wider gut macht.

Der natürliche dem Menſchen nöthige Schlaf kommt von Erſchöpfung der Kräfte. Es iſt ein ganz eigener Zuſtand, wo die Sele ſich, ſo zu ſagen, von den mehrſten ſinnlichen Eindrücken losmacht und nur dunkele Empfindungen von ihrem

Körper übrig behält. Daher kann ſie dieß nicht thun, kann dieſe Ruhe nicht genießen, wenn zu viele lebhafte Empfindungen ſie beſchäftigen. Darum entweicht der Schlaf am Tage, bei Schmerzen, bei Freuden, bei ſchweren Sorgen, und ſtellt ſich mit der Nacht ein, die die Sinne nicht viel reizt, ſo wie er auch der treue Freund ruhiger zufriedener Menſchen iſt, und diejenigen gern beſucht, die ein gutes Gewiſſen haben. In ſolchem natürlichen Schlafe bleiben bloß diejenigen Verrichtungen des Körpers im Gange, die zum Leben unentbehrlich ſind, Herzſchlag, Odemholen, Blutumlauf, Verdauung, und diejenigen, wodurch die Ernährung und der Wachsthum bewirkt wird. Alle dieſe unwillkührlichen Verrichtungen gehen alsdann ruhig und regelmäßig von Statten, und alle zugeſetzten Kräfte kehren wieder. Aber es gibt auch einen unnatürlichen Schlaf, der nicht von Erſchöpfung, ſondern von Unterdrückung und Betäubung der Lebenskraft, herührt. So iſt der Schlaf der Müſſiggänger, die zu allen Stunden ſchlafen können, der Berauſchten, und aller Unmäßigen und Ueberfüllten. Hier ſind die Nerven des Gefühls und aller Sinne nicht durch vorhergegangene Anſtrengung ermüdet, ſondern, ſie ſind gewaltſam gelähmt, und das Gehirn ſelbſt iſt von ſtrotzenden Blutgefäßen gedrückt. Daher iſt auch ein ſolcher Schlaf nicht leicht und ruhig, ſondern unruhig, träumeriſch und ängſtlich.

Die

Die Lebensverrichtungen gehen nicht regelmäßig von Statten, das Geſchäft der Ernährung geſchieht zwar, aber theils unordentlich, theils unnütz und zum Ueberfluß, und die Natur ſucht ſich gewöhnlich durch ſtarken Schweiß zu helfen. Nach einem ſolchen Schlafe finden ſich keine Erquickung, keine Stärkung, theils, weil kein Verluſt der Kräfte vorherging, theils, weil unnützer Ueberfluß im Körper erzeugt wird. Vermehrte Trägheit, Betäubung, Kopfſchmerz, Unmuth ſind die Folgen ſolches Schlafes. Auf eben die Art ſchlafen manche Kranke, in hitzigen Fiebern, ehe die Krankheit ſich entſchieden hat, und befinden ſich gewöhnlich übeler darauf, daher der Schlaf ihnen nicht immer wünſchenswürdig, am wenigſten aber ohne Rath eines verſtändigen Arztes durch Schlafmittel zu geben iſt. —

Cornaro ſagt, daß er ſich, ſo wie im Eſſen und Trinken, auch im Genuſſe ehelicher Freuden und in ſeinen Leidenſchaften ſehr gemäßiget habe. — Eine Mäßigkeit hat die andere zur Begleitung. — Der Trieb zur Begattung iſt ein Naturtrieb, auf dem keine Schuld, kein Tadel haftet; Wahnſinnige haben ihn unheilig nennen können. Er iſt ſehr heilig, er iſt uns nicht vergeblich beigelegt; Fortpflanzung des Geſchlechtes iſt ſein Zweck. Man beurtheile ihn nach dieſem Zwecke; ſo weiß man die Gränzen, in denen er ſchuldlos und gerecht, und

über die hinaus er tadelhaft und unrecht iſt. Wir ſehen, daß dieſer Trieb bei den Thieren dieſe Gränzen nicht überſchreitet; das iſt eine Vollkommenheit, die ſie in ihrer Natur haben. Der Menſch ſcheint ein Vorrecht zu beſitzen, — unvollkommener zu ſeyn? — Aber nein! er ſoll nicht alles Gute durch körperliche Einrichtung haben und mit ſich bringen; er ſoll es, er ſelbſt, ſein Geiſt, ſeine Seele, ſoll es erſt durch Vernunft erfinden, lernen, und dann beſitzen.

Alles was ſich fortpflanzt, gibt einen Theil ſeines Weſens ab, und verliert dadurch Etwas an eigener Dauer. Obgleich alſo kein Weſen, das ſich fortpflanzt, unſterbliche Dauer ſeines Zuſtandes haben kann, und, da es ſich fortpflanzen ſoll, auch dieſe Dauer nicht haben ſoll, ſo iſt doch bei einem ſo vollkommenen Geſchöpfe als der Menſch iſt, die Abnahme ſeines Weſens durch Fortpflanzung ſo wenig auffallend, daß ſie gar nicht in Betrachtung kommt, ſo lange jener Trieb in ſeinen Gränzen, dem Zwecke gemäß, bleibt. Gewiß iſt es wohl, daß ein Menſch, der, bei übriger guter Lebensordnung, jenen Trieb nie befriedigte, den Vorzug in der Dauer haben würde. Man führe keine Beiſpiele im eheloſen Stande lebender Menſchen an, um etwa das Gegentheil zu beweiſen; es müßte ſonſt hier eine häßliche Seite des Menſchen enthüllt werden.

Der Geſchlechtstrieb kann nicht ohne große Erregung der Lebenskräfte, nicht ohne heftige Erſchütterung des ganzen Nervengebäudes, befriediget werden. Schon hieraus ſollte man den Schluß ziehen, daß ſo Etwas nur ſelten ſich ereignen dürfe, wenn der Menſch nicht Schaden leiden will. Es gehören zur Zeugung Säfte, die, der Natur gemäß, nur ſpärlich abgeſondert werden, die gewiß der edelſte und vollkommenſte Theil des Blutes, und wahrſcheinlich denen ähnlich ſind, die im Gehirne für das Nervengebäude, für die eigentlichen Werkzeuge der Empfindung und der Thätigkeit, bereitet werden. Vor völliger Ausbildung dieſer Werkzeuge werden auch keine Säfte zur Zeugung abgeſchieden. Geſchiehet dieß früher, ſo müſſen jene dadurch leiden, unvollkommen bleiben, und der Menſch kann nicht geſund, nicht lange, leben. Dieſe zu frühe Abſonderung geſchieht, entweder, wenn in dem Blute des Menſchen ein Ueberfluß dieſes feineren Theils deſſelben iſt, — welcher Ueberfluß aber nur bei einer zu ſchnellen Vollendung des Gehirnes und des ganzen Nervengebäudes Statt finden kann. Dieſe brauchen alsdann freilich zu ihrer Erhaltung die ganze Maſſe jenes vorzüglichen Bluttheils nicht mehr; aber da der ganze übrige Körper noch nicht vollſtändig iſt, ſo ſind ſolche Menſchen zwar oft von einem ſchnellen, aber nicht immer richtigen, Verſtande, dabei hingegen ſchwächlich, und leben nicht

nicht lange. — Oder die zu frühe Abſonderung der Zeugungsſäfte geſchieht durch unnatürliche, und alſo gewaltſame, Hinlockung des Blutes nach den Zeugungstheilen, durch Wärme, durch zu viele reizende ſcharfe Speiſen, durch ſchlechte Erziehung, voll böſer Beiſpiele. Es wird alſo dieſer edelſte Theil des ganzen Blutes, den die Natur hauptſächlich für das Gehirn und die Nerven gebraucht, ihnen entzogen, und dieſe müſſen folglich darunter leiden. So lange der Geſchlechtstrieb in ſeinen zweckmäßigen Gränzen bleibt, ſo lange laſſen ſich die Zeugungsſäfte als ein Ueberfluß des edelſten Bluttheils betrachten, der ohne Schaden der inneren Werkſtatt des Geiſtes gemißt werden kann; bleibt er aber nicht in dieſem Schranken, wird er zwecklos und unmäßig befriedigt, ſo geſchieht der Natur Gewalt, es wird ein Raub an ihr begangen, der ohne Strafe nicht bleiben kann. Die Folgen ſind, bei beiden Geſchlechtern, überhaupt Verkürzungen des Lebens, oft aber auch viel Pein des Lebens, Krämpfe, Epilepſie, Blindheit, unerträgliche Kopfſchmerzen, Gicht, goldene Ader, Milzſucht oder Hypochondrie, Bleichſucht, Dörrſucht, allgemeine Schwäche, Wanken und Zittern der Glieder, Dummheit und Trägheit mit ihrem Gefolge, den niedrigen und unedeln Geſinnungen. Man halte es ja nicht für einen bloßen unüberlegten Einfall, wenn Jemand ſagen würde, daß es, bei der Zügelloſigkeit in

in Befriedigung des Geſchlechtstriebes, kein Wunder ſey, wenn es mit der Ausbildung des Menſchengeſchlechtes ſo erſtaunlich langſam fortrücke! Er könnte ſehr Recht haben.

Alle Mäßigkeit im Eſſen und Trinken würde dem Menſchen Nichts helfen, wenn er in der Befriedigung jenes Triebes unmäßig wäre. Ja, wer hierin enthaltſam iſt, kann ſelbſt manche Unmäßigkeit im Eſſen und Trinken leichter überſtehen. Aber man gebe ſich keine Mühe, der Zügelloſigkeit dieſes Triebes Einhalt zu thun, wenn man in ſeinen Speiſen nicht mäßig iſt. Reizende, leckere und überſättigende Nahrung weckt ſchon an ſich ſelbſt dieſen Trieb, und ein Menſch, der ſeinen Kopf immer voll Bilder ſinnlicher Wolluſt hat, den Speiſe und Trank immer wüſt und träge machen, wie kann der dem wüthendſten aller Triebe widerſtehen? Wem der Bauch ſein Gott iſt, wie kann da die Vernunft herrſchen? —

Eine ähnliche Bewandtniß hat es mit allen Gemüthsbewegungen, ſie mögen zur Freude gehören oder zur Traurigkeit, ſie mögen ein Verlangen oder einen Widerwillen enthalten. Wir ſind nicht bloß vernünftige, ſondern auch ſinnliche Weſen, wir haben Verlangen und Abſcheu, Liebe und Haß, Freude und Traurigkeit, zu denen unſer Gemüth

durch

durch die Vorſtellung der Dinge um uns her bewegt wird. Ein Menſch ohne Gemüthsbewegungen, was könnte, was würde er ſeyn? — ein Klotz oder ein Gott! — In einem immer ruhigen Vernunftzuſtande kann der Menſch nicht ſeyn, aber herrſchen ſoll und kann er wohl mit ſeiner Vernunft über die Bewegungen ſeines Gemüths. Die Gemüthsbewegungen haben auf unſern Körper zweierlei Art von Einfluß. Entweder vermehren ſie die Thätigkeit der Lebenskraft, oder ſie unterdrücken ſie. Ferner laſſen ſie entweder die Herrſchaft der Vernunft noch zu, und dann nennt man ſie eigentlich bloße Gemüthsbewegungen, oder ſie machen die Herrſchaft der Vernunft unmöglich, und dann heißen ſie Leidenſchaften. Beides können ſowohl ſolche ſeyn, die die Thätigkeit der Lebenskraft erhöhen, als auch ſolche, die ſie unterdrücken. — Freude, Liebe, Mitleid, Zorn, machen, daß das Herz geſchwinder ſchlägt und die Seele raſcher denkt und handelt. Furcht, Traurigkeit, Neid, hemmen die Bewegungen des Herzens, und machen die Seele unentſchloſſen. Beides aber, ſowohl die erhöhete als die verringerte Lebenskraft, iſt eine Abweichung von der Ordnung der Natur, und kann, wenn ſie ſtark iſt, und lange dauert, von den nachtheiligſten Folgen ſeyn. Die erhöhete Lebenskraft kann ſo ſehr erhöhet werden, daß ſie entweder plötzlich ſtockt, — daher kann Freude und Zorn plötzlich tödten; —

oder

oder ſie wird durch die zu große Anſtrengung in den Zuſtand der äußerſten Schwäche geſetzt, — ſo wie eine zu heftige Liebe endlich alle Kräfte des Geiſtes und Leibes verzehrt. Leidenſchaften aber, die die Lebenskraft verringern, ſind noch weit ſchädlicher, beſonders wenn ſie zur Gewohnheit werden, und das werden alle Eigenſchaften gar leicht. Furcht, Traurigkeit, Neid, beſonders wenn ſie in ſtarkem Grade da ſind, und Schrecken Herzeleid, Mißgunſt oder Eiferſucht heißen, können den ganzen Körper aufs äußerſte abmergeln. — Alle dieſe verſchiedenen Zuſtände ſind, wie ſchon geſagt, dem Menſchen natürlich. Gemüthsbewegungen muß er haben, oder er iſt zu unfähig, viel in der Welt zu thun; nur muß er nicht von ihnen beherrſcht werden, nicht unter ihnen leiden, — ſie müſſen nicht zu Leidenſchaften werden. Jede Gemüthsbewegung, jede Neigung, kann durch zu große Nachgiebigkeit und Gewohnheit zur Leidenſchaft werden, die, ſie mag ſeyn, welche ſie will, als Leidenſchaft, vor der die Vernunft nicht aufkommen kann, immer gefährlich iſt. — Es liegt in der beſondern körperlichen Anlage eines jeden Menſchen, daß er zu dieſer oder jener Leidenſchaft vorzüglich geneigt iſt. Dieſe Neigung läßt ſich ſehr leicht von ihm ſelbſt aufſpühren, aber mehrentheils iſt es erſtaunlich ſchwer, ihr zu widerſtehen. Und warum? — Weil man es, auch bei dem beſten Willen, mehren-

rentheils verkehrt anfängt. Denn mit dem bloßen guten Willen und Vorſatze iſt hier gerade ſehr wenig auszurichten, und die Leidenſchaft überraſcht uns oft eine Minute nach dem genommenen Entſchluſſe, gleich einem Feinde, der über unſern Wunſch, daß er uns nicht überfallen möchte, nur ſpottet. Man überlegt nicht, daß Neigung zu irgend einer Leidenſchaft, und ihr leichtes Ausbrechen, in der beſondern Anlage unſers Körpers und in der Gewohnheit ihren Grund habe. Man ſcheint es nicht begreifen zu wollen, daß man die körperliche Anlage zu einer Leidenſchaft durch unbehutſame und unordentliche Lebensart in Eſſen und Trinken ſtärke und vermehre, daß man durch Vernunft ſich zwar von der Schädlichkeit oder Unrechtmäßigkeit einer Leidenſchaft überzeugen könne, daß dieſe Ueberzeugung aber noch keine Ueberwindung, obgleich der erſte Schritt dazu, ſey, und daß man von der gemäßigten und veränderten körperlichen Anlage die Schwächung und endliche Ausrottung der Leidenſchaft erwarten müſſe, ſo, daß ſie völlig unſchädlich, nur eine leichte Gemüthsbewegung iſt. Es ſcheint ſchwer zu ſeyn, die einmal vorhandne körperliche Anlage umzuändern, es iſt es aber nicht; denn Mäßigkeit in der Ernährung des Körpers iſt das untrüglichſte Mittel dazu.

Un-

Unſer Cornaro erwähnt noch, in dieſem Abſchnitte, der ſogenannten ſchwarzen Galle,* und es ſcheint mir, nicht unnütz zu ſeyn, dem Leſer dieſes Buches hierüber einen richtigen Begriff zu machen. — Einige der ältern Aerzte eigneten der Galle überhaupt einen ſehr ausgebreiteten Einfluß in den Geſundheitszuſtand des Menſchen zu, und allerdings nicht mit Unrecht; doch waren ihre Vorſtellungen hievon nicht ganz richtig und klar. Außer der gewöhnlichen braungrünlichen Galle nahmen ſie noch eine gewiſſe zähe, träge ſchwärzliche Flüſſigkeit unter den beſondern Säften des Menſchen an, die ſie ſchwarze Galle nannten, und ſie für die Mutter der bedeutendeſten Uebel, für die Quelle des Zornes, des Wahnſinnes, jeder Schwermuth, und ſo weiter, hielten. Sie gab, nach ihrer Meinung, dem Menſchen, bei dem ſie ſich im Ueberfluße fand, eine ſchwärzliche, bleichgelbe Farbe, machte ihn finſter, tückiſch und rachſüchtig. — Es iſt aber dieſe ſchwarze Galle keine Galle, ſondern überhaupt ein dickes, träges, ſchwärzliches Blut. Ein ſolches macht natürlich dem Herzen einen größern Widerſtand, als ein leichtes rothes Blut, und es wird mit Mühe durch die Blutgefäße fortbewegt. Beſonders leiden die ſehr feinen Adern leicht davon, die in den Eingeweiden des Körpers, der Leber, der Milz, den Gedärmen und im Gekröſe, ſich vertheilen. Hier kann es gar leicht ſtocken, und die

Ae-

Aederchen verſtopfen, wo es dann oft zu einer zähen pechartigen Maſſe wird. Bei ſolchen Umſtänden kann die Abſonderung der übrigen nöthigen Säfte, und die Ernährung des Körpers, die durch dieſe ſo zarten und feinen Gefäßchen geſchehen, unmöglich gut vollendet werden. Daher ſind ſolche Leute mehrentheils dürr, und von übler Farbe. Alle ſind zwar nicht gleich, aber die mehrſten ſind zu böſen Launen, zu Schwermuth, Gram und Zorn, zu Mißtrauen und Furcht, äußerſt geneigt. Es iſt überhaupt eine merkwürdige Erfahrung, daß beſonders durch ſolche Fehler im Unterleibe Anhäufung, Stockung und ſchweren Umlauf des Blutes daſelbſt, die menſchliche Seele in alle eben genannten Zuſtände verſetzt werden kann, ohne daß ſie dabei den Sitz der Urſache durch ein ſchmerzhaftes Gefühl zu erkennen im Stande iſt, ſie befindet ſich nicht wohl, es iſt ihr unbehaglich, ohne zu wiſſen warum; ſogar kann ſie nicht ordentlich denken, und gar häufig findet bei wahnſinnigen Leuten keine andere Urſache Statt. — Es iſt ſehr gut, wenn man dieß weiß, um deſto leichter mit ſolchen übellauniſchen Menſchen Schonung und Geduld haben zu können, ſich nicht zu ereifern, wenn man bisweilen von ihnen Manches auszuſtehen hat. Man würde ihnen durch Härte mehrentheils Unrecht thun; ſie können nicht dafür, und ſie ſind gewiß ihres traurigen Zuſtandes wegen, der ihnen oft

allen Antheil an den Freuden des Lebens entzieht, ſehr zu bedauren.

Die Neigung zu einem ſolchen dicken Blute und zu den Verſtopfungen in den Gefäßen des Unterleibes, — nicht das dicke Blut ſelbſt — bringen viele ſchon mit auf die Welt, und ſie kann durch Geburt fortgeerbt werden. Da iſt nun freilich die größte Behutſamkeit und Vorſorge nöthig, eine ſo ſehr mit dem ganzen Menſchen verwebte Anlage, als eine angebohrene iſt, umzuändern. Bei Kindern läßt es ſich freilich nicht gut bemerken; doch wenn einer von den Eltern von jenem finſtern Temperamente iſt, und das Kind ihm ähnlich ſieht, dabei dunkeles Haar hat, ſo läßt ſich ſchon daraus die Maaßregel feſtſetzen, ein ſolches Kind ganz vorzüglich in Heiterkeit und Liebe zu erziehen, es vor Erbitterungen und Unrecht, welches den Kindern leider ſo häufig angethan wird, ſorgfältig zu hüten, es nicht furchtſam und ſcheu werden zu laſſen, und ihm ſeine Nahrung ſo flüſſig, als möglich, zu halten. Solche ſchwarzgalligte Menſchen ſind immer vor der Zukunft bange, und geizig, daher ſie auch ihre Kinder mehrentheils zu ſchlechter, grober, und ſelbſt zu verdorbener Koſt, zwingen, und ihnen Gemüth und Körper verderben. Ich kenne ganze Familien, wo ſolche ſchwarzgalligte Eltern, durch ihr hartes, finſteres, freudenloſes, unterdrückendes Beneh-

nehmen gegen ihre Kinder, ſie alle zuſammen, das eine mehr, das andere weniger, eben ſo gebildet und unglücklich gemacht haben. — Gegen die Zeit der Reiſe, oder Mannbarkeit, entdeckt ſich jene Neigung zu dickem Blute deutlicher. Die Fröhlichkeit der Jugend iſt nicht da, und übele Gemüthsneigungen, Stolz, Selbſtſucht und übertriebene Empfindſamkeit, Rechthaberei, thörigter Menſchenhaß, der überall Feinde, Widerſacher und ſchlechte Menſchen erblickt, bezeichnen jenes unglückliche Temperament ſehr deutlich. Oft ſind auch häufige ſogenannte Holder= oder Leberflecke, bei übrigens weißer und blaſſer Haut und dunkelm Haar, ein ſelten trügliches Zeichen. Solche armen Menſchen ſind leider in der Welt nicht viel nütze, ſind ſich und Andern zur Laſt, haben keine Freunde, und machen unglückliche Ehen. — Aber es iſt ihnen zu helfen, — doch nur durch die ſtrengſte und mäßigſte Lebensordnung! Ihr Getränk darf nichts anderes ſeyn, als reines Waſſer, daß ſie ſich indeſſen mit Honig verſüßen oder mit Zitronenſaft oder Weineſſig ſäuern können, nach Gefallen, Kaffee, chineſiſchen Thee, Chokolate, zu fette Speiſen, beſonders geröſtetes oder gebratenes Fett, müſſen ſie meiden, und ſo wenig Gewürz gebrauchen, als möglich. Viel Obſt iſt ihnen ſehr zuträglich und überhaupt vieles Trinken, ob es gleich ſelten ihre Neigung iſt. Dabei thun ſie wohl, wenn ſie ei=

einige Jahre hindurch in den Frühlings- und Sommermonaten, ehe ſaftige Früchte kommen, alle Morgen einen guten Eßlöfel voll von dem, aus Wurzel und Kraut, ausgepreßten Safte des Löwenzahnes, (Butterblume, Kuhblume, Pfaffenröhrchen, Kuckucksblume,) und auch ein paar Eßlöfel voll von dem ausgepreßten Safte der Graswurzel (Queken,) womit ſie abwechſeln können, gebrauchen, dabei ſich viel Bewegung durch Gehen machen, und oft ſich über den ganzen Körper waſchen und in, nicht ganz kaltem, Waſſer baden. Nach und nach kehrt die Heiterkeit des Geiſtes, als das ſicherſte Zeichen des weichenden Uebels, zurück. Wer ſich aber ſcheuet, ſo ernſtliche und langwierige Anſtalten gegen ein ſo hartnäckiges Uebel zu treffen, der erwarte von leichtern und ſchnellern nur Nichts.

Anmerk. 12. (§. 13.)

Dieſe Stelle verdient einige Berichtigung. — Italien, wo die Traube immer ihre vollſtändige Reife erlangen kann, hat der junge Wein, der offenbar nicht herbe iſt, wie oft bei uns, alles Liebliche und Erquickende der Traube ſelbſt noch beinahe unverändert in ſich. Alter Wein wird eigentlich durch das Altern dem Brandtwein immer ähnlicher, und wo der Wein an ſich ſelbſt von voller Güte gekeltert werden kann, da muß alter Wein um deſto

ſto mehr des betäubenden Spiritus enthalten, und für Perſonen von ſehr empfindlichem Magen und Nervengebäude, — wie unſer Cornaro war, — viel zu angreifend, hingegen junger aber edeler Wein ihnen viel zuträglicher ſeyn. Unſere gewöhnlichen Weine aber, deren Trauben oft nicht die Zeitigung erlangen können, ſind daher nicht ſelten in ihrer Jugend ein ſaures und herbes den Magen verderbendes Getränk, bis ſich dieſe Säure durchs Altern des Weines nach und nach, unter der Geſtalt des Weinſteines daraus abſetzt und den Wein dadurch genießbarer und zuträglicher macht.

Cornaro meint, daß man es ihm nicht hätte vorherſagen können, daß der Pfeffer weniger erhitze, als der der Zimmet, und allerdings konnte man damals dieß wohl nicht. Dem Geſchmakke nach iſt der Pfeffer freilich ſchärfer, als der Zimmet, oder ähnliche Gewürze; allein ſchärfer iſt darum noch nicht erhitzender. Das gewöhnliche Küchenſalz — oder ſelbſt das tödtliche Gift, der Arſenik, iſt ja viel ſchärfer, als das Gewürz der Vanille, und doch erhitzt dieſes ſehr, jene beiden Salze gar nicht. — Die erhitzende Eigenſchaft der Gewürze beruhet in ihrem flüchtigen Oele. Das flüchtige Oel des Zimmets iſt im höchſten Grade brennend und ſcharf, und das flüchtige

Oel des Pfeffers, der doch an ſich ſo ſcharf iſt, — aber bloß durch das in ihm enthaltene Harz, — iſt ſehr milde und erhitzt gar nicht.

Anmerk. 13. (§. 20.)

Cornaro's Irrthum über die Dünſte des Magens.

Cornaro redet hier, und noch ſonſt, von Dünſten des Magens, die das Gehirn betäuben; dieſe Meinung iſt ſehr alt, und aus denen Zeiten, da man den Bau des menſchlichen Leibes noch nicht gehörig kannte. Der Magen iſt immer geſchloſſen und öffnet ſich nur zum Ein- und Auslaſſen der Speiſen und der entwickelten Luft, die alsdann mit Schnelligkeit ihren Weg durch den Mund nimmt. Wäre auch der Magen nicht geſchloſſen, und könnten aus ihm fortdauernd Dünſte empor ſteigen, ſo iſt doch für dieſe kein offener Weg ins Gehirn vorhanden. Das Gehirn, dieſe geheime Werkſtatt der hohen unſterblichen Seele, iſt von dem verſorgenden Schöpfer in den dichteſten Knochenbau verſchloſſen, ſo auch das Rückenmark, als ein Theil des geſammten Gehirns. Es hat mit dem übrigen Körper, ſo wie dieſer mit ihm, nur durch Nerven und Blutgefäße Gemeinſchaft, zu deren Durchgang ſich in dem Knochenbaue des Gehirns und Rückenmarkes nur kleine Oeffnungen vorfinden. Durch die Nerven,

ven, welches lange, endlich in die allerfeinſten Fäden ſich zertheilende, Fortſätze des Gehirns ſind, gibt die Seele dem Körper Leben und Bewegung und erhält durch ſie Empfindungen von dem, was ſich im Körper ereignet. Durch ſie hat die Seele Wolluſt und Schmerz, je nachdem ſie ſanft oder heftig gereizt werden. Jeder Schmerz ſowohl, als jede Wolluſt, ſobald ſie etwas ſtark ſind, machen die Seele unfähig, ruhig und ordentlich zu denken; aber es gibt Theile im menſchlichen Körper, die das beſondere haben, daß die Seele nicht ganz willkührlich auf ſie wirken kann, und von dem, was in ihnen vorgehet, mehrentheils nur undeutliche Empfindungen bekommt. Zu dieſen gehört der Magen. Von ſeiner beſtändigen Bewegung bei dem Verdauen, haben wir keine eigentliche Empfindung, und es muß ein heftiges Uebel ſeyn, wenn wir es hier durch einen beſtimmten Schmerz erkennen. Wenn der Magen geſund iſt, und mäßig genoſſene zuträgliche Speiſe leicht verdauet, ſo fühlen wir davon im Magen ſelbſt Nichts angenehmes, aber uns iſt überhaupt wohl und heiter zu Muthe. Eben ſo haben wir im Magen ſelbſt nicht immer einen deutlichen Schmerz, wenn er an übermäßigen oder ſchlechten Speiſen, oder an Schleime, leidet, ſondern uns iſt überhaupt übel zu Muthe, wir ſind träge, unluſtig, und haben Betäubung und Schmerz im Kopfe. Dieß liegt theils

in

in der beſonderen inneren Einrichtung derjenigen Nerven, die zum Magen gehen, theils auch in einer Ueberfüllung des Gehirns mit Blut, wenn ein von dem Magen entſtehender allgemeiner Krampf im Unterleibe den Umlauf des Blutes daſelbſt erſchwert oder geiſtiges Getränk die Nerven überhaupt ſo betäubt, daß ſich, bei der Erſchlaffung der Blutgefäße, das Blut ſelbſt in ihnen überall zu ſehr ausdehnt. Unter dieſen Umſtänden kann dann freilich die Seele nicht heiter und richtig denken.

Anmerk. 14. (2te Abhandl.)

Ueber den Einfluß der Sterne.

Daß die Sterne einen Einfluß auf Leben, Geſundheit, Krankheit, Tod, Glück und Unglück des Menſchen haben, iſt ebenfalls eine Meinung, die ſich vielleicht noch aus der Kindheit der Welt herſchreibt. Der Menſch kann nicht ruhen, bis er von jedem Dinge, von jeder Begebenheit, eine Urſache gefunden oder gedacht hat. Zu Dingen, die ihm räthſelhaft ſind, ſucht er gemeiniglich in eben ſo dunkeln und unbekannten Dingen die Urſache. Kein Wunder alſo, daß man zu einer Zeit, da

man

man die Natur des menſchlichen Körpers und die Wirkung der ihn umgebenden Dinge noch nicht kannte, Manches, beſonders die Verſchiedenheit der Menſchen ſelbſt, ihrer Temperamente, ihrer Neigungen, ihrer Fähigkeiten und Kräfte, ihrer Krankheiten, ihrer verſchiedenen Schickſale und Todesarten, oft ſehr räthſelhaft fand. Da man zu wenige Kenntniſſe hatte, um die nächſte Urſache zu finden, ſo ſuchte man in dem unermeßlichen Bezirke der Schöpfung umher, und blieb bei Dem ſtehen, was eines der größten merkwürdigſten und eben ſo räthſelhafteſten Schauſpiele darbot, — bei den Geſtirnen. Da man von manchen Dingen keine irdiſche Urſache ſogleich finden konnte, ſo glaubte man ſie von überirdiſchen Dingen, von den Sternen, ableiten zu müſſen. Dazu kam der ſtolze Gedanke, daß man den Menſchen als den Mittelpunkt der ganzen Schöpfung, auf den ſich Alles bezöge, als den einzigen Liebling der Gottheit, für den Alles da wäre, betrachtete. Für ihn mußten alſo auch die Sterne da ſeyn, als Leiter ſeiner Schickſale, als wohlthätige oder peinigende Götter als Propheten ſeiner Zukunft. Es iſt unglaublich viel und lange hierin geſchwärmt, und auch noch ſchleicht dieſer thörigte Glaube unter uns umher. Es gibt aber keine einzige ſichere Erfahrung, daß die Sterne einen Einfluß auf uns hätten; und wenn man auch ſagen wollte, daß in der ganzen

Welt Alles in gewiſſer Verbindung unter einander ſtehe, ſo haben die Sterne zwar, als ſichtbare Körper, Einfluß auf unſere Augen, und durch ſie auf unſer Gemüth, indem ſie große, erhabene Gedanken in uns erwecken können; aber um unſere Schickſale zu leiten, oder unſere Geſundheit zu ſtimmen, müßten ſie auf der Erde ſelbſt bemerkbarere Veränderungen hervorbringen, und uns viel näher ſeyn. Unſere Sonne daher, deren Nähe oder Ferne Sommer oder Winter macht, die einen ſo großen ſichtbaren Einfluß durch Licht und Wärme auf die ganze Erde hat, äußert ihn auch auf unſere Geſundheit, und dieß nach feſten und leicht zu erklärenden Geſetzen. Auch der nachbarliche Mond äußert, nach nicht verwerflichen Zeugniſſen, einigen Einfluß auf uns, beſonders auf nervenkranke Leute, auf Vollblütige, Waſſerſüchtige, und einige andere. Beide Himmelskörper aber haben noch nie einen Einfluß auf unſere Geburt, auf unſer beſonderes Schickſal, bewieſen. Unſerm Cornaro kann man ſolchen Glauben vergeben, da ſelbſt ein Luther um jene Zeit ſich von dem Glauben an die Gewalt überirdiſcher Weſen, an Geiſter, Zauberer und dergleichen nicht losreißen konnte. Wir aber können dieß Alles beſſer wiſſen.

51

Anmerk. 15. (2te Abhandl.)

Ob durch Mäßigkeit alle Krankheiten verhütet werden können.

Wenn es Krankheiten gibt, die nicht durch Unmäßigkeit verurſacht werden, ſo laſſen ſich ſolche auch nicht durch Mäßigkeit verhüten. Cornaro ſelbſt gibt dieß zu, rechnet aber irrig hieher ſolche Zufälle, die einem Menſchen widerfahren können, wenn er einmal von ſeiner mäßigen Lebensart etwas abweichen muß, — wie ihn ſeine eigene Erfahrung lehrte. Ferner rechnet er hieher äußerliche Verletzungen, und ſolche Krankheiten, die durch den Einfluß der Sterne entſtehen. Unter dieſen letzten verſteht er nach dem Geiſte ſeines Zeitalters, keine andere, als ſolche, die eine nicht in die Sinne fallende Urſache haben, die unvermuthet entſtehen, Viele befallen, und ſich ausbreiten, bei allen Kranken auf einerlei oder ſehr ähnliche Art. Ob nun gleich die guten Sterne nicht die Stifter ſolcher Uebel ſind, ſo gibt es ſie doch, und der mäßigſte Menſch iſt vor ihnen nicht ſicher. Dahin gehören alle anſteckende Krankheiten, als Peſt, Pocken, Maſern, Rötheln, die Krätze und verſchiedene Arten von langwierigen Ausſchlägen. Eine anſteckende Krankheit iſt hievon ausgenommen, — das

ve-

veneriſche Uebel. Der Mäßige iſt davor wohl ſicher, weil er ſo weit nicht ſinken kann, um den Geſchlechtstrieb ohne Zärtlichkeit und Liebe zu befriedigen. Bis in die geweiheten Kreiſe edeler Menſchen hat jenes Verderben ſich nicht geſchlichen. Vor jenen genannten Krankheiten, zu denen man noch, aber nicht mit Gewißheit, einige Arten von kalten oder Wechſelfiebern, und Anſteckung von Faulfiebern rechnen mag, kann man ſich durch Mäßigkeit allein nicht ſchützen. Sie haben ihren Grund entweder in einer ſchlechten Luft, oder in der Ausdünſtung der Kranken, oder in der unmittelbaren Mittheilung des Krankheitsgiftes. Immer iſt dieſes Gift ſo fein, daß man ihm nur durch Vermeidung der Nähe bei ſolchen Kranken, oder durch Entfernung aus einer Gegend entfliehen kann. Es wird allemal in den menſchlichen Körper von außen hereingebracht, und entſteht nicht von ſelbſt in ihm; daher bleibt dem Menſchengeſchlechte auch noch immer die erfreuliche und gegründete Hoffnung, daß es jene durch Anſteckung fortwuchernde Uebel endlich ganz werde vertilgen können. Es ſcheint ſehr ſchlimm zu ſeyn, daß man, wenn man auch noch ſo ordentlich lebt, und in allen Dingen mäßig iſt, dennoch jenen Uebeln dadurch nicht ausweichen könne. Aber getroſt! es iſt ſo ſchlimm nicht, wie es ſcheint. Das Gift, das jene Krankheiten erregt, nimmt immer, wenn es in den Körper gebracht iſt, ſeinen beſtimmten Lauf, um wieder

der ausgeworfen zu werden, und wird auch ſicher ausgeworfen, wenn es nur einen Körper antrifft, der durch Unmäßigkeit nicht verunreiniget und geſchwächt iſt. Iſt er das aber, ſo werden die vorhandenen übeln Säfte und Unreinigkeiten durch die Krankheit von dem anſteckenden Gifte erſt aufgeregt, noch mehr verderbt, und es entſtehen zweierlei Krankheiten zu gleicher Zeit, wovon die eine die andere in ihrem gehörigen Laufe ſtört, und ſie verſchlimmert; das kann nicht gut gehen, beſonders wenn ſchon vorher der Körper durch Unmäßigkeit ſchwächlich gemacht, zu übertriebener Empfindlichkeit und unordentlichen Bewegungen in den inneren Theilen und zu Krämpfen geſtimmt iſt. — Die Pocken, eins der furchtbarſten Uebel für das Menſchengeſchlecht, wegen ſeiner allgemeinen Ausbreitung, würden doch den größten Theil ihrer Schrecklichkeit verliehren, wenn ſie nicht beſonders den von Natur ſchwächern Theil des Menſchengeſchlechts, die Kinder, befielen, und wenn dieſe armen Kinder nicht durch ſchlechte und übermäßige Nahrungsmittel, durch Unreinigkeit oder Verzärtelung, ſchon in einen mißlichen Geſundheitszuſtand geſetzt wären, wozu dann noch der Gebrauch ſchädlicher Arzeneien, während der Krankheit ſelbſt, kommt. Das Pockengift an ſich ſelbſt iſt wirklich ſo böſe nicht; das beweiſet theils die Gutartigkeit der natürlichen Pocken bei geſunden, mäßig ernährten, reinlichen Kindern,

dern, theils das Einimpfen dieſer Krankheit, wodurch ſie mehrentheils ſich gutartig zeigt. Denn das Einimpfen der Pocken hat ſich lediglich dadurch ein Anſehen gemacht, weil man nur geſunden Kindern einimpft. Wer aber ſein Kind geſund erhält, und es vor Unreinigkeiten in Magen und Gedärmen, und folglich auch in den Säften ſelbſt, bewahrt, thut immer beſſer, ſo lange zu warten, bis deſſen Körper die gehörige Stimmung hat, das ausgedunſtete Pockengift freiwillig aufzunehmen, weil man dann auch gewiſſer überzeugt ſeyn kann, daß es der Körper gehörig verarbeiten und gänzlich wieder auswerfen werde, welches man bei eingeimpften Pocken nicht immer vermuthen kann, da das Einimpfen, bei allen nachgerühmten Vorzügen, immer gewaltſam iſt.

Die Unreinigkeiten und übeln Säfte, die wir uns durch eigene Schuld machen, und ſammeln, ſind nicht zu jederzeit wirkſam, es hängt dieß von dem Zuſtande der Jahrszeit, der Witterung und der Luft, ſo wie von manchen andern Nebenumſtänden ab. Das iſt der Grund, warum das Gift der Peſt, der Pocken, der Maſern, zu einer Zeit ſo tödtlich, zu einer andern ſo leicht wirkt. Der Mäßige iſt über alle ſolche Zufälligkeiten erhaben, und wenn er in den unvermeidlichen Fall kommt, von ſolchen Krankheiten angeſteckt zu werden,

den, ſo äußern ſie ſich allemal gutartig bei ihm, indeß Millionen um ihn her niederſtürzen.

Anmerk. 16. (4te Abhandl.)

Kann man ohne Mäßigkeit tugendhaft werden!

Der Einfluß, den die Mäßigkeit in allen Dingen auf die größere Dauer und Geſundheit des Lebens hat, iſt allerdings unbeſchreiblich wichtig und werth; aber wenn man fragte, ob man bei Unmäßigkeit gar nicht alt werden und geſund bleiben könne, — ſo ſieht wohl jeder vernünftige Menſch, daß dieß in der Regel nicht angeht. Aber es finden ſich Ausnahmen von dieſer Regel, es finden ſich Menſchen, die bei aller ihrer Unmäßigkeit doch ein beträchtliches Alter erreichen, und ziemlich geſund ſind. Cornaro hat aber Recht, wenn er ſagt, daß ſolche vorzügliche und äußerſt ſeltene Naturen dieſe Menſchen bis zu einen erſtaunenswürdigen Alter würden gebracht haben, wenn Unmäßigkeit ſie nicht daran gehindert hätte. Und dann muß man nicht nach dem Scheine urtheilen, ſondern zuvor wiſſen, ob das, was uns Unmäßigkeit ſcheint, auch für jene wahre Unmäßigkeit iſt. (Siehe die Schlußanmerk.)

Wenn

Wenn man aber fragt, — ob man bei Unmäßigkeit rechtſchaffen und tugendhaft ſeyn könne? — ſo iſt die Antwort: Nein! — Manchem könnte te dieß auffallen, er könnte zweifeln, ob Eſſen und Trinken ſo großen Einfluß auf unſern Charakter, auf unſere Güte oder Schlechtigkeit haben könne! — Aber er frage ſich ſelbſt, was Tugend iſt! — Tugend iſt nichts anders, als die Fertigkeit den Forderungen unſers innern moraliſchen Geſetzes immer ein Genüge zu leiſten. Da dieſes Geſetz, dieſe innere Vorſchrift über Recht und Gut, die der Schöpfer in unſere Seele gelegt hat, niemals trügt, und ohne allen Irrthum entſcheidet, ſo kommt es nur darauf an, daß wir immer im Stande ſind, auf das Geſetz zu hören, und frei in unſerm Denken zu ſeyn. Um dieß zu können, und zu werden, müſſen wir alle die Hinderaiſſe, die uns von dieſer Freiheit abhalten, entfernen. Dieſe Hinderniſſe haben in unſerm Körper ihren Grund; wir müßten alſo, um ganz vollkommen, ganz frei, ganz gut, das iſt heilig, zu ſeyn, unſern Körper ablegen, oder einen Körper haben, der ganz und gar uns in der Befolgung deſſen, was recht und gut iſt, nicht ſtörte. Der Tod, oder das Ablegen unſers Körpers iſt uns alſo nöthig, aber nur darum nöthig, weil der Zweck des Daſeyns unſerer Seele, — höchſte Vollkommenheit, Freiheit und Glückſeligkeit, — nicht erreicht werden würde, — da er doch erreicht werden

den ſoll, weil er uns vorgeſchrieben iſt. Indem wir hier mit einem Blicke die Nothwendigkeit des Todes und zugleich die Nothwendigkeit der Unſterblichkeit einſehen, finden wir zwar, daß wir hier auf Erden in unſerm Körper, das uns vorgehaltene Ziel höchſter Vollkommenheit nicht erreichen können. Aber nähern, nähern ſollen wir uns dieſem Ziele, ſo weit es möglich iſt; und wahrlich es iſt ſehr weit möglich. Man hat in der That nicht recht zugeſehen, und die Schöpfung des Schöpfers nur halb verſtanden, wenn man glaubt, daß unſer Körper uns wirklich zu ſehr hindere, der beabſichtigten Vollkommenheit des Geiſtes nahe zu kommen. Für eine Seele, die ſchon ſo weit belehrt iſt, — und das iſt jede menſchliche Seele, ſobald ſie in menſchlichem Körper auf die Erde kommt, — daß ſie der Vernunft fähig, und im Stande iſt, ein Geſetz über Gut und Böſe, Recht und Unrecht, zu verſtehen, für dieſe Seele iſt dieſer Körper völlig eingerichtet. Wir erlangen ja in ihm und durch ihn weit mehr Kenntniſſe, als das Thier, wir denken ja, und üben unſere Vernunft durch ihn, — ob er gleich als Körper, als Werkzeug, das unſere Seele durch die Sinne rührt und in Thätigkeit ſetzt, die Eigenſchaft nicht ablegen kann, daß er, wenn er nicht beherrſcht wird, die Seele zu ſehr rührt, und ſie ſelbſt beherrſcht. Dann iſt freilich die Seele

nicht im Stande, immer richtig zu denken, und in der Befolgung des Rechts Fertigkeit zu erlangen. Immer geſtört, betäubt, in Aufruhr geſetzt durch ſinnliche Empfindungen, muß ſie ſich ſchlechterdings in Erkenntniß und Wahl des Guten irren, und laſterhaft denken und handeln. Es iſt unmöglich, tugendhaft zu werden, wenn die ſinnlichen Gefühle nicht der Oberherrſchaft der Vernunft unterworfen ſind.

Wer nun Anſpruch auf Menſchenwürde machen will, wer Verlangen hat, tugendhaft, — frei von Irrthum und Laſter, — zu ſeyn, ſoviel dem Menſchen möglich iſt, — womit muß der dieß ſchöne und unerläßliche Geſchäft anfangen? — Eine ſehr leichte Antwort! — Er muß alle Tage eine Kette mehr zerbrechen, die ihn an der Erlangung dieſer Geiſtesfreiheit hindert. Und das iſt ſehr leicht; denn die Natur iſt ſchon bereit, dies Geſchäft zu thun, wenn der Menſch nur nicht ſelbſt neue Ketten hinzuwirft. — Ohne Gleichniß! — Es liegt in der Natur des Menſchen, daß er, ſo wie er an Jahren zunimmt, auch gegen die Gewalt der äußerlichen Reize feſter wird. Sie machen immer einen ſchwächern Eindruck auf ihn, er wird ruhiger, für das höhere Seelenglück empfänglicher, und reift dem vollkommenern Zuſtande gemach entgegen. Dieß iſt

iſt der Gang der Natur, dieſen ſtöre der Menſch nicht. Wenn er aber, ſtatt deſſen, ſeine Sinnlichkeit durch allerlei Unmäßigkeit nur verſtärkt, wie kann er dann Herr über ſie werden? — Wenn durch Uebermaaß im Eſſen und Trinken und durch andere Zügelloſigkeit der Begierden, das Gehirn betäubt, die Nerven zu empfindlich oder zu ſchwach gemacht, die Maſſe der Säfte zu groß oder verderbt, und der ganze Körper in Unordnung gebracht wird, wie iſt da ein ordentliches, ruhiges, freies Denken möglich, wie kann die Seele da ſo viel Stärke haben, immer auf das göttliche Geſetz, über Recht und Unrecht, in ihr ſelbſt, aufmerkſam zu ſeyn? — Da nun Unmäßigkeit im Eſſen und Trinken die vorzüglichſte Quelle aller übrigen Zügelloſigkeiten iſt, da die Gewalt der ſinnlichen Reize, der Störer der Geiſteskraft, dadurch heftiger und unbändiger gemacht wird, und da es bei jener Mäßigkeit ein Leichtes iſt, alle übrigen Lockungen und Triebe der Sinnlichkeit zu mäßigen, und im Zaume zu halten; ſo muß man zuerſt im Eſſen und Trinken mäßig ſeyn, man muß erſt dieſe Quelle des Verderbens verſtopfen, oder es iſt ſchlechterdings unmöglich, tugendhaft und reines Herzens zu werden. Oder gibt es irgend einen tugendhaften Menſchen, der nicht mäßig im Eſſen und Trinken wäre? Wo iſt er? — Unter jenen ſogenannten gutmüthigen

Schwelgern? — Ich habe der Nichtswürdigkeit ihrer Tugend ſchon in der vierten Anmerkung gedacht, und rede nicht weiter davon. — Freilich macht uns die Mäßigkeit im Eſſen und Trinken noch nicht tugendhaft, man kann ſehr mäßig leben, und teufliſche Laſterhaftigkeit, obgleich keine viehiſche, haben; dann aber liegt es am Wollen, und die Verſchuldung iſt deſto größer. Bei dem Unmäßigen aber liegt es am können, und nicht am Wollen; ſein Wille mag immerhin da ſeyn, er iſt weiter nichts als ein Narrenwunſch, der nicht erfüllt werden kann, weil alle Kräfte dazu unterdrückt und betäubt werden.

Schlußanmerkung.

Die Schwelger bemühen ſich, ihrer gewohnten Unvernunft gemäß, jede Ermahnung zur Mäßigkeit für ſchwermüthige Grillenfängerei, und mäßige Menſchen ſelbſt für arme Narren auszuſchreien, die ſich das Leben unnöthiger Weiſe erſchweren und verbittern. Da ſie Menſchen ſind, und kein Menſch der Wahrheit ſelbſt eigentlich widerſprechen kann, ſo ſuchen ſie ſie zu verdrehen, und zu verhäßlichen. Wenn ſie der Mäßigkeit erwähnen, ſo ſoll entweder

der ihre eigene Lebensweiſe Mäßigkeit ſeyn, — ob ſie gleich als Schwelger bekannt ſind, — oder ſie ſchildern ſie ſo, als geböte ſie, bloß Brod und Waſſer zu genießen, und allen Freuden des Lebens abzuſagen. Junge Menſchen, bei denen die Sinnlichkeit ohnedieß ſtark genug iſt, hören um deſto williger auf das betrügeriſche Geſchwätz ſolcher Menſchen, beſonders wenn dieſe ſchon etwas Anſehen durch Jahre, oder Stand und Würden, oder einen feſten Körper haben, der den Verwüſtungen bisher noch widerſtand. Kinder werden ja nicht durch Kinder, Jünglinge ſelten durch Jünglinge verführt und verderbt, ſondern jene immer durch das Beiſpiel der Eltern und Erzieher, — ſie mögen Informatoren oder Dienſtboten ſeyn, — und ſolche Kinder, wenn ſie nun Jünglinge oder Dirnen ſind, durch die Geſellſchaft erwachſener Männer und Frauen.

Eine ſehr gewöhnliche Quelle der Unmäßigkeit iſt daher die Unwiſſenheit. Es ſcheint zwar eine auffallende Behauptung, aber nichts deſtoweniger iſt ſie wahr: ein großer Theil der Menſchen weiß nicht, was es eigentlich ſey, mäßig leben, und wie man es anzufangen habe. Ich rede nicht von den erklärten vorſätzlichen Schwelgern, weil bei denen jedes Wort verloren ſeyn mögte; ſondern

von Menſchen, denen die Vortheile der Mäßigkeit einleuchten, und die danach verlangen. — Die mehrſten glauben nicht, daß ſie unmäßig ſind im Eſſen und Trinken oder anderer Begierden Befriedigung, weil ſie ſtarke Begierden und viele körperliche Kräfte haben, und noch keinen auffallenden Nachtheil davon bemerken. Nun iſt es freilich unmöglich, eine Vorſchrift zu geben, die Maaß und Zahl der Befriedigung der Bedürfniſſe für alle einzelne Menſchen enthielte; der Pflüger kann und muß mehr eſſen und trinken, als der ſtillſitzende Handwerker, oder der denkende Gelehrte. Aber auch dieß gilt nur im Allgemeinen; im Einzelnen finden ſich Ausnahmen genug. Ein Pflüger iſt nicht wie der andere, Ein Handwerker, Ein Gelehrter unterſcheidet ſich von dem andern, und mancher Pflüger darf nicht ſo viel genießen, als mancher Gelehrte. Die erſte und überall geltende Regel bleibt demnach dieſe: Der völlig Geſunde kann und darf mehr genießen, als der Schwächliche oder der Kranke. Dieſer Regel iſt eine andere untergeordnet: Derjenige, der viele Muſkelkräfte braucht und zuſetzt, wer ſich viel bewegt, viel in freier Luft iſt, bedarf mehrer und ſtärkerer Nahrung, als derjenige, der mehr ſeine Nerven braucht

und den Geiſt anſtrengt, der ſtillſitzend und mehr im Hauſe und Zimmern lebt.

Allein es bleibt noch immer die Frage: wie viel kann Dieſer oder Jener ohne Nachtheil genieſzen? Wann iſt er mäßig, und wann unmäßig? — Gibt es keine ſicheren Zeichen, woran jeder Menſch, er ſey geſund oder krank, er arbeite mit dem Leibe, oder mit dem Geiſte, erkennen, und wonach er ſich ſelbſt beſtimmen kann, ob er das rechte Maaß in ſeinen Speiſen halte? — Allerdings gibt es ſolche Zeichen; hier folgen ſie.

Jeder Menſch hat das gehörige Maaß überſchritten, und iſt in Gefahr ſich Schaden zu thun: wenn er ohne Hunger iſſet, oder mehr, als ihn hungert; wenn er nach Speiſe und Trank träge und faul und verdrieſzlich wird; wenn ſein Kopf ſchwer oder berauſcht iſt — er braucht darum noch nicht betrunken zu ſeyn! — wenn ſeine Gedanken nicht mehr ſo ordentlich und richtig ſind, als vorher; wenn er bläſſer; oder röther wird; wenn er nach dem Genuſſe der Speiſe Begierden oder Neigungen in ſich fühlt, die vorher nicht wach waren; wenn er unruhig oder mit vielen Träumen ſchläft, und übel

erwacht; wenn er ohne andere Veranlaſſung des Nachts viel ſchwitzt.

Andere Zeichen, als, Magendrücken, Ueblichkeiten, Erbrechen, Leibſchmerzen, Kopfweh und dergleichen, führe ich nicht an, weil dieſe ohne alle Erinnerung jeder Menſch, der ſich überladen hat, alſobald verſtehet. Aus der in die Augen fallenden Menge des Genoſſenen läßt ſich das Uebermaaß in ſolchen Fällen ohnedieß leicht beurtheilen. Jene Zeichen aber, wenn auch nur einige davon da ſind, belehren vom geſchehenen Uebermaaße, wenn es auch gar nicht in die Augen fallend geweſen iſt. Denn manche Menſchen, dahin beſonders alle bejahrte, alle fette, alle in Faulheit lebende, alle viel ſitzende, ſchwächliche Leute gehören, können gar nicht begreifen, wie ſie ſich mit der Wenigkeit, die ſie genießen, zu viel thun, und — eſſen müßten ſie doch! — Wer in aller Welt treibt ſie dazu, wenn es der Hunger nicht thut? Wenn ſie doch bedenken wollten, daß ihr Körper keine Nahrung nöthig hat, wenn ſie nicht hungrig ſind! Viele plagen ſich mit dem Mangel der Eßluſt, und klagen darüber; aber anſtatt nun Nichts zu eſſen, und zu warten, bis ſich das Verlangen danach einſtellte, eſſen ſie doch, weil ſie es für ein großes Unglück halten, Nichts

zu

zu eſſen, wenn man es doch haben kann. Sie ſagen es ſelbſt, daß ſie ſich dazu zwingen müſſen, und können in der That ihre Unvernunft nicht ſtärker beweiſen.

Andere, die nicht begreifen können, daß ihre Leiden von Eſſen und Trinken herrühren ſollen, da ſie doch ebenfalls wenig genießen, bedenken nicht, was ſie genießen. Cornaro ſagt ganz recht: Wer Alles vertragen kann, darf auch Alles genießen nur mäßig! — und die, ſo eben erklärte Regel, nicht zu viel zu genießen, bleibt zwar immer die erſte Regel: aber alle Menſchen können theils nicht Alles vertragen, — das ſind nur ſeltene Menſchen! — theils gibt es Dinge, die zur Ernährung des Körpers nicht allein an ſich ſelbſt untauglich, ſondern auch gerade zu verderblich ſind. In dem Buche, über den Magenkrampf und über die Erhaltung der Geſundheit des Magens überhaupt, ſteht ein Verzeichniß ſolcher untauglichen und verdächtigen Nahrungsmittel, und in dem Buche, Immerwährender Geſundheits-Kalender ſind unſere bekannteſten Speiſen und Getränke nach ihrem Nutzen oder ihrer Schädlichkeit gewürdiget. Hier ſetze ich nur folgende allgemeine Regeln her.

Jeder Menſch, dem es um ſein Wohlſeyn und langes Leben ein Ernſt iſt, prüfe ſich ſelbſt, wie ihm dieſe oder jene Speiſe, dieſes oder jenes Getränk bekommt.

Alle zu reizende leckere, alle zu unſchmackhafte, ſchwer zu kauende, zähe Nahrung verdirbt die Verdauungswerkzeuge, vergiftet die Säfte, und bringt Unordnung in die Lebenskräfte; und dieß Alles um deſto mehr, je öfter und häufiger ſie genoſſen wird.

Alle Speiſe und alles Getränk, das man nicht ohne Beſchwerde Tag für Tag genießen kann, iſt verdächtig, als Nahrungsmittel, hat mehr die Natur einer Arzenei, — die den Körper verändert, aber nicht nährt, — und muß daher ſparſam und in geringem Maaße genoſſen werden.

Es gehört nicht viel Verſtand dazu, nach dieſen Regeln alle vorkommenden Speiſen und Getränke zu würdigen, das Zuträgliche zu wählen, und das Schädliche zu vermeiden.

Die

Die Neigungen und Triebe des Menſchen ſind von Natur wahrlich mehr gut und zweckmäßig, als böſe und zerſtöhrend; die Behauptung des Gegentheils bleibt immer eine Gotteslaͤſterung. Wir ſehen an Kindern, daß ſie ſich nicht übereſſen, aber ſie werden durch dumme Zärtlichkeit ihrer Eltern, durch Leckereien, zur Freſſerei verleitet, oft durch Gewalt, durch Schläge, gezwungen mehr zu eſſen, als ſie wollen und vermögen. Das iſt himmelſchreiend! — Erwachſene Menſchen aber ſollten nicht ihre eigenen Verführer zur Unmäßigkeit ſeyn. Sie werden nicht gezwungen mehr zu eſſen, als ihnen dienlich iſt, und dennoch thun ſie es, und werden dazu verleitet: durch dumme Einbildung, — indem ſie glauben, daß ſie eſſen müſſen, ſie mögen hungrig ſeyn oder nicht, oder daß es ungeſittet ſey, nicht zu eſſen und zu trinken, wenn ein Anderer ſie dazu nöthiget. Beide ſind unvernünftig und ungeſittet, der Eſſer mit ſeiner Nachgiebigkeit, und der Nöthiger mit ſeiner Zudringlichkeit. — Zum andern werden ſie verleitet durch die leckere Bereitung der Speiſen, und müſſen alſo oft bitter für den Gaumenkitzel mit dem Verderben ihres Wohlſeyns büßen. Wer aber die Geſundheit des ganzen Körpers werther hält, als die vorübergehende Wolluſt der Zunge, der ſorge, daß ſeine Speiſen und Getränke ſo einfach

fach als möglich ſind; dieß iſt der erſte Schritt zur Enthaltſamkeit. Von ſolchen einfachen Nahrungsmitteln wird man nicht zum Genuß verführt, wenn man nicht hungrig iſt, alſo wird man ſich nie damit überladen, und der wirklich Hungrige hat bei ihnen dennoch eine größere Wolluſt im Genuſſe, als der Nichthungrige bei allen ausgeſuchten Leckereien.

STADTBIBLIOTHEK AUGSBURG

Med.
Čorn

Med.
čorn ro

Bayerische StaatsBibliothek
Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Cornaro, Luigi

Erprobte Mittel, gesund und lange zu leben

Braunschweig 1799

Augsburg, Staats- und Stadtbibliothek -- Med 835
urn:nbn:de:bvb:12-bsb11268274-1
VD18 10317716-004